

بخت النيل



أكتوبر ١٩٥١

اليزابيث آردنا

• لتنظيف بشرتك صباحاً ومساءً
استعملي

«أردنا كليننج كريم»

• ولانعاش بشرتك بعد تنظيفها
استعملي

«أردنا سكين تونيك»

Ardena
Vitamin Cream

• ولتغذية بشرتك وتغييرها ليلاً
استعملي

«أردنا فيتامين كريم»



ولاي استعلام اتصلي بمس كيس الخبرة الاخصائية لمعامل اليزابيث آردن طرف الوكلاء
سماوي وشركاه ايموبيليا ٣٣٧ تليفون ٤٧٧٩١ التي يسرها أن تضع خبرتها في خدمتك
وأن ترشدك الى الألوان التي تناسبك وأفضل الطرق لاستعمال مستحضرات اليزابيث آردن •

تباع في المحلات الآتية

بالاسكندرية :	بالقاهرة :	بمصر الجديدة :	بالسويس :	بالاسماعيلية :
محلات هانو	محلات فيكتوريل	اجراخانة نورتون	اجراخانة جاتيس	اجراخانة انترناسيونال
محلات عمر افندي	محلات شالون	بيور سعيد :	بالمنصورة :	باسوان :
محلات شالون	اجراخانة نورتون	محلات سيمون ارزت	مخازن ادوية الحرية	(ماجيلا فرايس) (فوتو ستورز)
محلات سوكرات	بارفييري ايرين			
(سوكرات وشركاه)				

العودة إلى مصر

يتلقى قراء بنت النيل هذا العدد ، وزهرة شبابنا وشاباتنا يستقبلون عامهم الدراسي والبشر يملأ فلوبهم والامل يغمر نفوسهم ، ونحن أيضا نستقبل شهر أكتوبر بنفس الروح ، فقد جعل اتحاد بنت النيل من رسالته تشجيع الناس بشتى الوسائل ومختلف السبل ، وقصر - الى اليوم - جهاده فى هذا السبيل على تعليم السيدات اللائى تجاوزن سن التعليم .

وهانحن أولاء نعود الى هذا الميدان الكريم أشد ثقة من قبل ، وأكثر ايمانا بهذه الرسالة ، فقد نجحت مدارسنا فى انعام الماضى ، وأحسن وجودها الالوف من بنى الوطن وبدأت بيوت كثيرة تحس النور عن طريقها ، لان العلم دخلها عن طريق ابنة أو زوجة أو أم تعلمت كيف تقرأ وتكتب ، وكيف تسوس على ضوء العلم مملكتها الصغيرة وعشها الجميل

نعم نحن أشد ثقة فى المستقبل ، وأكثر أملا فى النجاح والاستواء ، اذ بدأنا فى انشاء مدارس مماثلة لمدارسنا المعروفة فى معظم مدن القطر المصرى ، توطئة للازدلاف الى أعماق الريف ، وقيادة حملة واسعة النطاق على الجهل وهو أس الفقر والمرض وركن كل نقیصة فى حياتنا الاجتماعية والاقتصادية والسياسية أيضا .

وغدا - وهذا الغد قريب - سنتشهد مدارسنا حياتها الجديدة فى مدن بنها وطنطا ودمنهوور والمنصورة وبنى سويف والفيوم وأسيوط والمحلة الكبرى وحلوان وبور سعيد .

ولست أرجو من المواطنات الواعيات الدارسات فى هذه المدن الا أن يعقدن الخواصر معنا على أداء الواجب الوطنى بتأييد خططنا تأييدا عمليا ، وتقديم المساعدات لانجاح هذه المدارس ، فيضربن بذلك مثلا على نضج الحركة النسائية وفهمها لالتزاماتها العليا ، والقضاء بذلك على الامية بين النساء اللائى فاتهن سن التعليم .

ذلك جانب هام فى حركتنا يؤديه اتحاد بنت النيل وكله ثقة فى نساته ، وأمل عميق فى مستقبل أيامه .

ديبى حنفى

قالت الصحف...

الدكتور البراهيم

كاشفة عن الكتفين ونراها في سيارتها تذرع القاهرة في الظهيرة سسعيًا وراء النوادي الرياضية، ونشاهد صورها في أبهى الحل وفي أجمل فساتين السهرة في كل حفلة عامة، ويقتضى هذا بالطبع اجراء ألوان التواليت الدقيقة، وما نظن هذا كله عملاً يخاصم المودرنزم، وما نحسب سيدتنا الجميلة الرشيقة قد نسيت شاعرنا الذي قال :

(يا أيها الرجل المعلم غديره) وعليها أن تكمل بيت الشاعر الحصيف؟

وبقيت حكاية غريبة تتحدث عنها الصحف كل يوم، تلك حكاية بوليس الاداب، الذي استبد بالناس فمضى وراء الرجال والسيدات يحصى عليهم الابتسامة والاشارة، ويقف الحرة في الطريق، ويعترض الكريم في أى مكان، ويتهم الاولى بأشياء وأشياء، ويتهم الثاني بأقبح الاتهامات، فقد أصبحت الاداب العامة مشاعا لبوليس الاداب يتحكم فيها على هواه، وكثيرا ما تخونه الفراسسة، ويسىء الى الكرامات

ولست أكره الحزم والشدة مع من خلا من المروءة من هؤلاء الشبان الرقعاء، ولكننى أحب أن يزن المسئولون الامور بميزان دقيق، فان آتاهم البرى قد يخلق له مشاكل يعز عليه اصلاحها، ومن الحق على بوليس الاداب أن يحسن اختيار صيده بعد أن يطمئن الى كل الظروف والملابسات

الجهالة بحيث أتخيل قومي غارقين في الشهد والعسل حق لنا أن نعجب كيف يؤذن لقوم مكانهم احدى السرايات المعروفة بالخروج من مصر وبعثرة أموالها عند فقراء فرنسا، وفي مصر ملايين من الفقراء والمعدمين ؟ !!

السنا على حق حين نحذر بعض أغنيائنا بأن ما يصنعونه اليوم قد يترك في نفسية الشعب أثرا لا نعرف مدى خطره ؟

ومن أعجب ما قرأت، حديث أدلت به سيدة شغلت رأى العام في زواجها وطلاقها، وجاءت الى شاطئ الاسكندرية وتحديثت الى مندوب احدى المجلات الاسبوعية، وحملت على المودرنزم على حد قولها أو على المؤضة كما نقول نحن أولاد البلد ؟

وعجبت لهذه السيدة كيف تحارب ما نسميه السلفور، وهى تأذن بصورتها الملونة على الغلاف

أو زوجا، أن تظن أنها أفضل من زوج الجندي الذي تكلفه شراء الحاجات من السوق ؟

ليت زميلتنا الدكتورة درية شفيق تبحث عن هذه السيدة فتلحقها بمدارسها الخاصة بمكافحة الامية نتعلم أن جنود الوطن خليقون باحترام الناس، وأن الشعب الذي يجلب جنوده هو الشعب الذي لا ينكسر في موقعة ولا يخسر حربا من الحروب ..

ومن الاخبار التي هزت نفسى، تلك التي تحدثنا عن آلاف الجنيهاات التي تبرع بها مواطنون لفقراء فرنسا، فقد خيل الى أنها أخبار مثيرة جدية بأن تملأ نفوسنا غبطة وسرورا، فتلك علامة على أن مصر قد خلت من الفقر وسمت عن الحاجة وكبرت على السؤال، وأصبح أهلها جميعا وبلا استثناء فى غير حاجة الى مال ؟

فاذا تبين أننى غير محق فى تفاؤلى، أو انى من

تقف عين الانسان أحيانا على خبر فى صحيفة، فيشغله الخبر ويأخذ عليه نفسه، وما أكثر الاخبار التي وقفت عليها عيني فى الشهر المنصرم، وما أشد الاسى الذى تركته فى نفسى تلك الاخبار ..

قالت مجلة أسبوعية ان احدى سيدات الضباط أرسلت اليها تعتب عليها - أى على الصنحيفة - أنها حملت على استخدام الجنود فى شراء حاجات البيت من الاسواق، وعجبت السيدة كيف تذهب الصحيفة هذا المذهب ولا تراعى مكانة زوجات الضباط اللائى ينبغى أن يترفعن عن السوق ويتأبين على شراء الحاجات، ويفرضن سلطانهن على جنود الوطن من جميع الطبقات

ولا أريد أن أناقش فكرة استخدام الجنود فى بيوت الضباط، فتلك مسألة يحلها الوعي القومي، ويحلها انخراط المتعلمين فى سلك الجيش، وهذا وشيك الحدوث، ولكننى أريد أن أسأل تلك السيدة، منذ متى كانت زوجة الضابط أفضل من زوجاتنا نحن المحامين والمهندسين والاطباء والقضاة وأساتذة الجامعات ؟

منذ أى عهد فى التاريخ وضعت زوجات الضباط طراير فوق رؤوسهن يتباهين بها على زوجات خاصة الناس، ويفرضن من خلالها أوامر على الجنود بشراء خضار من الاسواق ؟ بل كيف تسينغ هذه السيدة لنفسها، أما كانت للضابط

حروف ونبر الحماز

يصدر فى أول نوفمبر القادم ختام السنة السادسة من حياة بنت النيل وفيه آخر مبتكرات الازياء التي وصلت من باريس ولندن ونيويورك

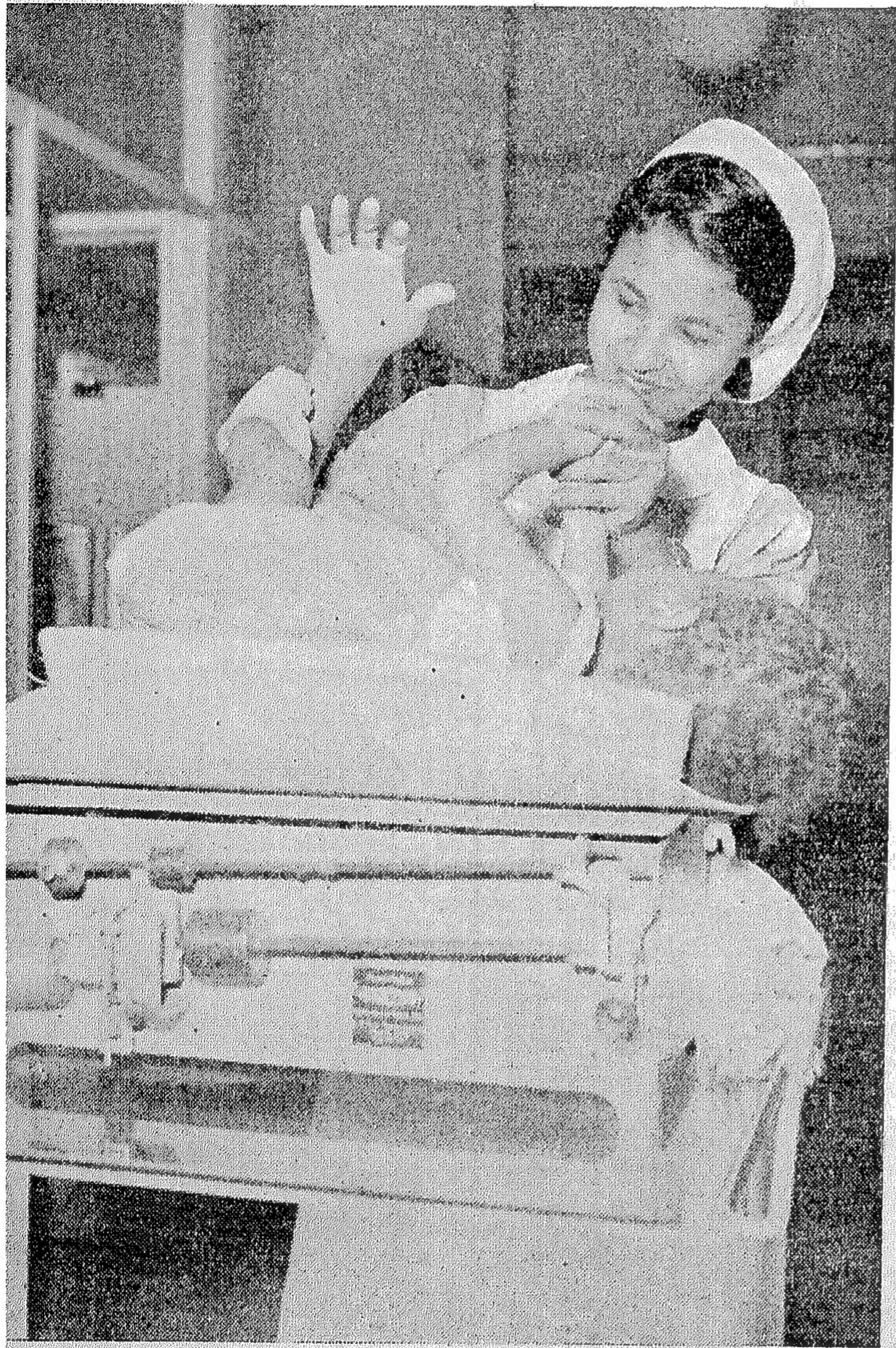
- موضوعات مختلفة فى التجميل وشئون المنزل
- مقالات طبية لاشهر الاطباء وغيرها ..
- تحفة الموسم موضوعا واخراجا

الثلثون ١٠ قروش
احجزى نسختك من الآن

فكرة عبقرية

((يوجد حرفتان أود أن تتوجه نحوهما تربية البنات عندنا : الأولى صناعة تربية الاطفال وتعليمهم . هذه الصناعة هي أحسن ما يمكن أن تتخذها امرأة تريد أن تكسب عيشها لأنها صناعة محترمة شيفة والمرأة أشد استعدادا لها من الرجل وأدري منه بطرق استعمالهم واكتساب محبتهم . وبلادنا أشد الملاد حاجة إلى نساء يعرفن هذه الصناعة فإنه لا يكاد يوجد عندنا امرأة يوثق بها في تربية الاولاد . والعائلات المصرية في احتياج الى عدد وافر من مربيات الاطفال حتى تستغنى بهن عن المربيات الاجانب والحرفة الثانية هي صناعة الطب ...))

قاسم أمين



أسير بصحبة المشرفة على المدرسة . وهناك في حجرة للدراسة جلست بعض فتياتنا من الحاصلات على الشهادة الابتدائية يتلقين الدروس الأولى في فن التمريض وهؤلاء سيبقين في هذا المكان ثلاث سنوات كاملة يخرجن بعدها وقد حذقن كل شيء من مؤساسة جراح الى مداواة مرضى .

وقد حسبت أن هذا هو كل شيء ولكنهم قالوا لي ان هناك قسما آخر تستطيع أن تلحق به أي فتاة ذلك هو قسم تربية الاطفال ، وهناك ستنمي عاطفة الامومة عند الفتاة ، وسترعى أطفالا هم اخوانها في وطنها ، وسيعلمونها كيف تهتم فتحي

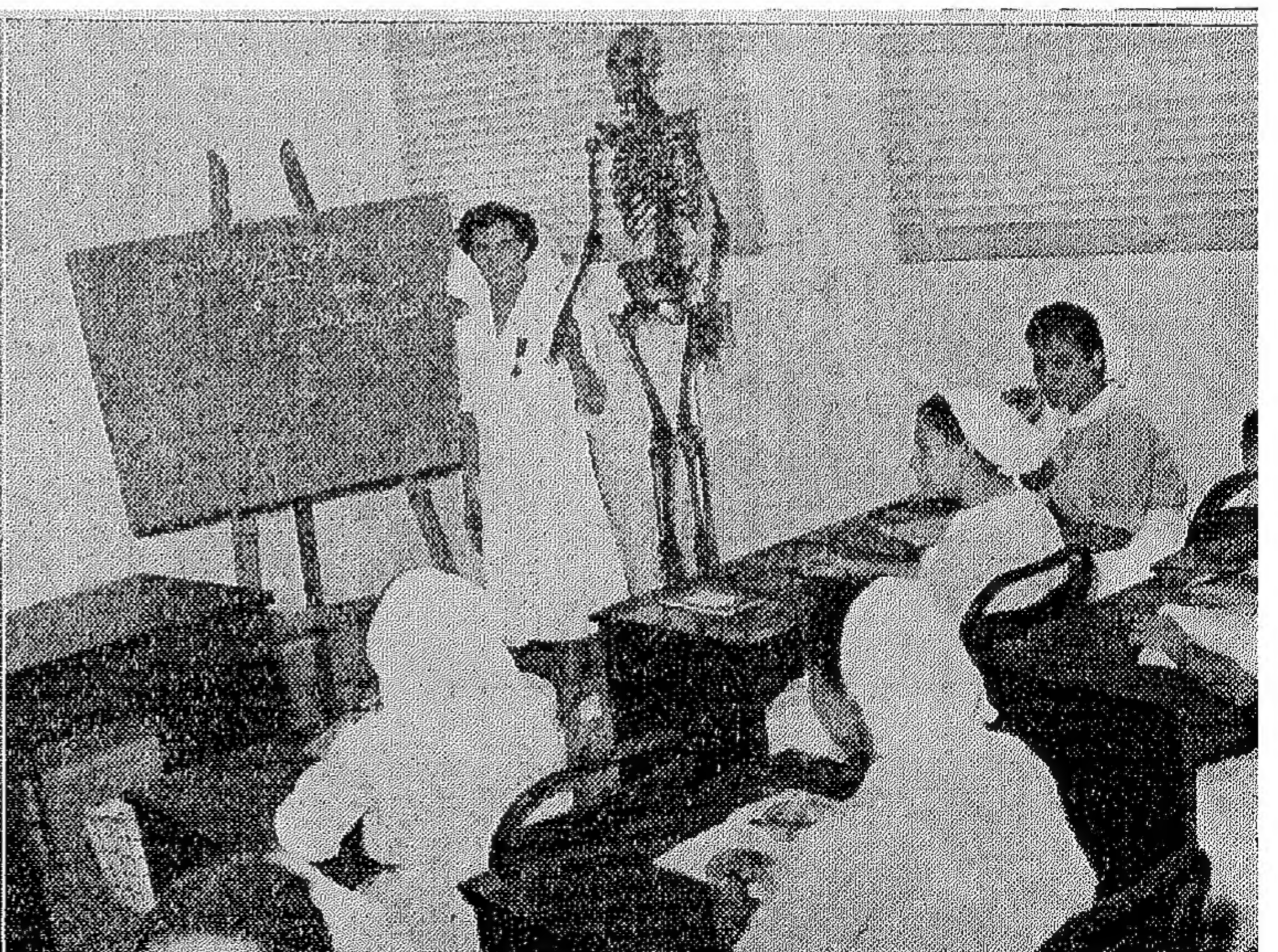
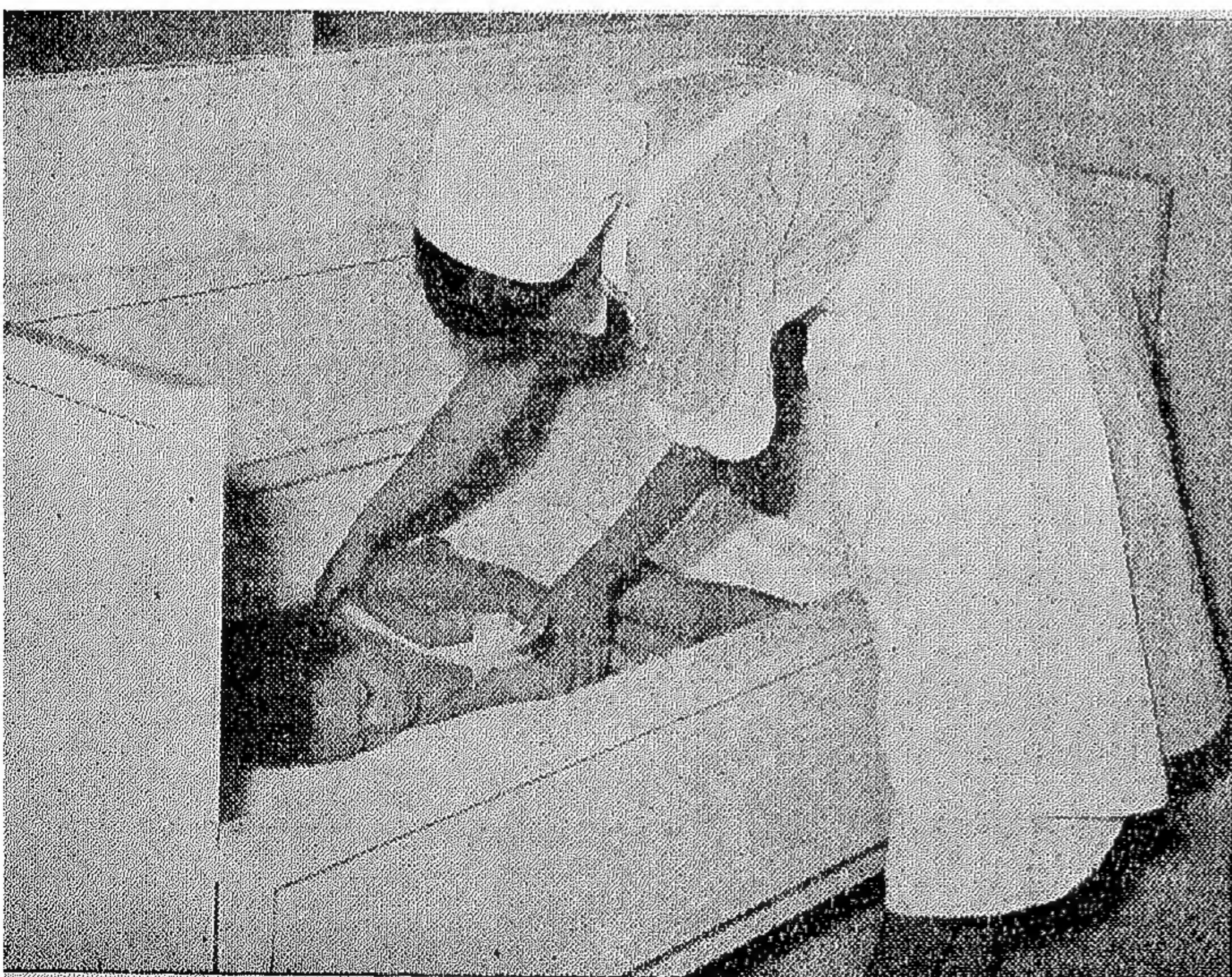
البقية ص ٤٣

هناك في مصر القديمة في مكان هادئ يخفت فيه ضجيج القاهرة تقوم بناية أنيقة هي دليل مادي على عبقرية المرأة ومساهمتها الفعالة في حياتنا الاجتماعية انها مدرسة التمريض التي أنشأتها جمعية المرأة الجديدة تحت رعاية حضرة صاحبة السمو الملكي الاميرة فائزة . لقد قالوا لي أنها قطعة من الجنة ، وأقسموا أنها فكرة جديدة علينا وأخيرا دعوني لارى بنفسى ما هناك لانهم لم يستطيعوا أن يصفوا لي كل شيء فهل ياترى سيسطيع قلبي أن يصف لكم روعة ما شاهدت ؟! انه هادئ لا يعدله سكون الليل

ولكن لم يعكر هذا الهدوء سوى وقع خطواتى وأنا

انها تشرف بنفسها على نوم الطفل نوما صحيا هادئا ورعايته حتى ينام نوما عميقا

الدرس الاول في فن التمريض



سيرة



السيدة ليلى ميلاد

- عضو مجلس إدارة اتحاد بنت النيل
- سيدة لها ماض في الحركة الوطنية
- قبض عليها في أثناء الانتخابات التي أجراها صدقي باشا عام ١٩٣٢ لناصرتها للوفد
- خرجت في مظاهرة في الساعة الثالثة صباحا بعد الافراج عنها
- اشتركت في المظاهرة النسائية التي قامت بها الدكتورة درية شفيق من قاعة ايورت الى دارالبرلمان
- صريحة في آرائها الى أبعد الحدود ، متطرفة في معتقداتها الوطنية

- ربة بيت ممتازة ولديها مكتبة تحتوى على كتب في جميع العلوم

المرأة المسلمة في القانون المصري

للاستاذة زينب لمييب

المسلمة في عصر النبي عليه السلام ، تجاهد في سبيل الله مع المسلمين ، والتاريخ زاخر بأسماء سيدات رفعن رأس الاسلام عاليا .

كذلك فيما يختص بالاطفال في حالة طلاق الابوين ، نصت الشريعة على أن يسلم الولد لابييه في سن السابعة أو التاسعة أما البنت فتسلم في الثانية عشرة ..

وقد أكرم القانون الفتاة فجعلها تستمر في حضانة أمها مدة أطول ، لأنها تكون في حاجة الى خدمة النساء .

وفي التشريعات الجنائية المطبقة الان في مصر ، راعى المشرع طبيعة المرأة فعاملها برفق .. وليس معنى ذلك أن هناك قانونا خاصا يطبق على النساء دون الرجال ، فالقوانين الجنائية في مصر قوانين اقليمية ، تنطبق على جميع سكان البلاد ، وانما أعنى أن المشرع عند وضع القوانين واللوائح المنفذة

البقية ص ١١

والشريعة الاسلامية ، وهي مصدر من مصادر القانون في مصر ، كرمت المرأة ، ووضعت قواعد وأصولا لحمايتها ، فالمرأة في الاسلام ترتفع الى مكانة زوجها بعقد الزواج ، وعليه أن يحميها ويحترمها وينفق عليها ، بل عليه أعداد الخدم لها فلم يقض الشرع بأن تكون المرأة خادمة في بيت الرجل .. بل جعل منها سيدة لها احترامها .

ويقضى الاسلام كذلك على الزوج بوجوب احضار مريض لطفله اذا كان في مقدوره ذلك ... فليس من واجب المرأة ارضاع طفلها اذا كان الزوج في حالة يسار .

وقضت الشريعة الاسلامية بالألا يهين الرجل زوجته ، وأن يرفع من شأنها ، ويستشيرها ويتبادلوا بها المودة والرحمة .

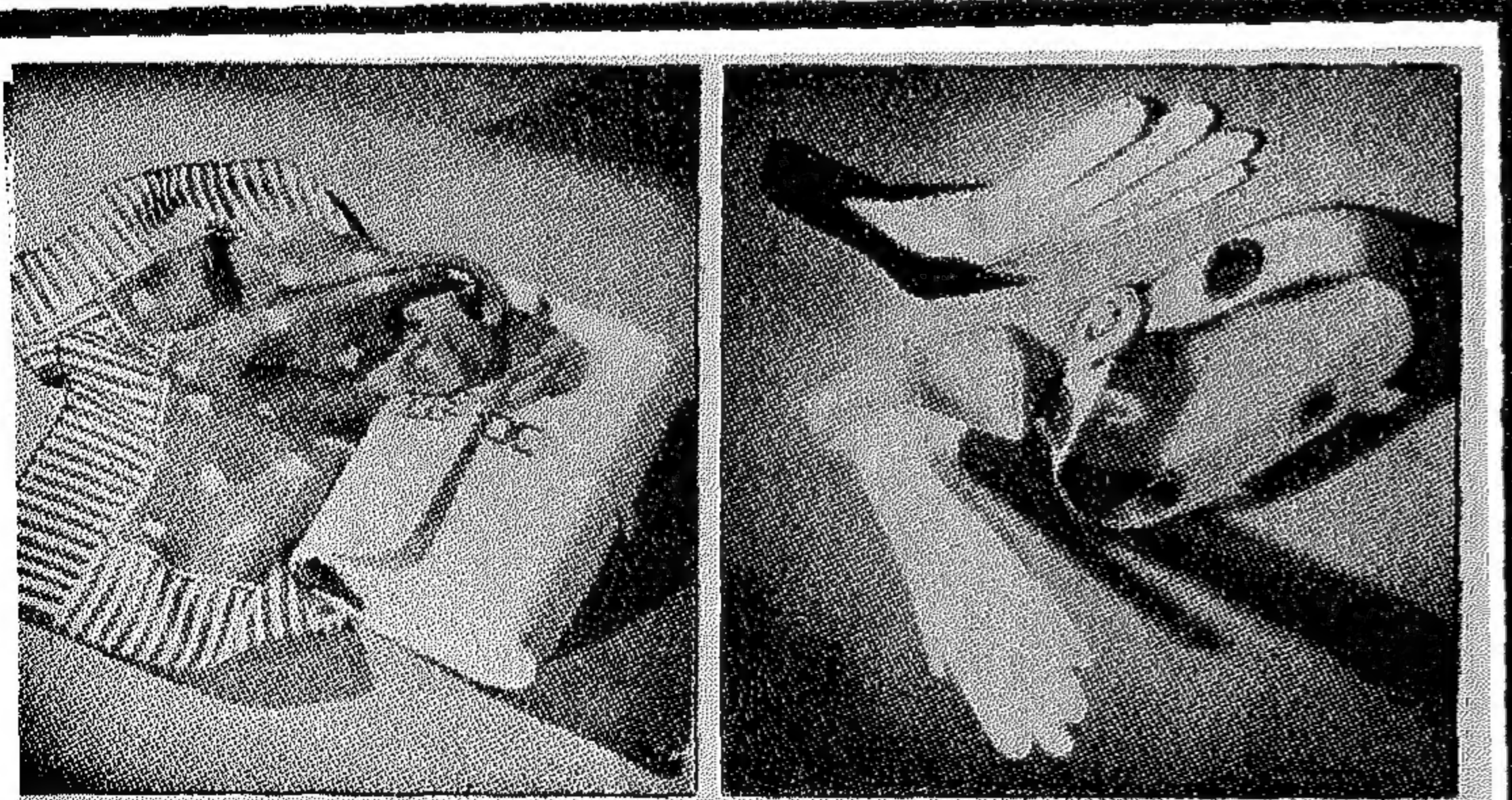
والاسلام ليس معناه الحرمان .. فلم يحرم المرأة من متعة الخروج ، وانما أمرها بالاحتشام ، ولذلك أعطاها حرية الاتجار وحرية الكلام ... وكانت المرأة

ان حقوق المرأة المسلمة ، هي المثل الاعلى لتحقيق النساء في كافة أنحاء العالم ، فهي تتمتع بأهلية كاملة ، مثلها مثل الرجل تماما ، فلها أن تتعاقد ، ولها أن تهب ، ولها أن توصى مادامت قد بلغت سن الرشد القانوني الذي يخول لها شتى التصرفات القانونية أسوة بالرجل . كما أن لها أن تنزل الى ميدان التجارة فتتاجر بأموالها وتستثمرها كيفما شاءت ، ولهذا فأهليتها كاملة ، لا فرق بينها وبين الرجال

واذا ما تزوجت المرأة ، كانت ذمتها المالية مستقلة تمام الاستقلال عن ذمة الزوج ، وليس من حقه أن يتدخل في شئونها المالية ، بل ذهب المشرع الى أبعد من هذا ، فجعل لها الحرية المطلقة في أن توكل من نشاء نيابة عنها .. أى أن لها أن توكل رجلا غير زوجها ليدبر أموالها نيابة عنها ، وهذا منتهى التسامح من المشرع ، ليثبت أن ذمة المرأة مستقلة تمام الاستقلال عن ذمة الرجل .

مثل هذا النظام الواضح المستقل ... النموذجي ، لا نظير له في التشريعات الاخرى ، فالمرأة ما زالت في أغلب القوانين الاجنبية ناقصة الاهلية ، وللزوج عليها رقابة مالية ..

وما زالت أيضا في بعض القوانين الاخرى ممنوعة من الاتجار الا باذن زوجها . ولهذا كثيرا ما نجد المرأة الاجنبية تحسد المرأة المسلمة على مكانتها هذه ..



— حقيبته يد من الجلد الرخم ومندبل مربع من الشانتونج

— حزام من البوكس الليموني وفقاز أجلاسيه من جلد الشيفرو

حيرة أم...

رجل



محمود أبو الفتح

• في الطبيعة من صحفيي مصر اشتغل بالصحافة كل حياته وأنتج فيها ، وآخر ما صنعه لها جريدة المصري احدي كبريات الصحف المصرية

♦ كان الصحفي الوحيد في الشرق الأدنى الذي طار في منطاد زبلن منذ عشرين عاما ، وكتب في ذلك فصولا وأنشأ كتابا وكانت رحلته الصحفية ذلك أول مدارج مجده الصحفي

♦ عضو في مجلس الشيوخ ، ومكانته في العالم الغربي وخاصة أمريكا مكانة يحسده عليها وزراء ويرجوها اعلام في كل مكان

• مقل في كتابته ، ولكنه حين يعرض لموضوع عام اهتمت جميع السلطات ، ولا ينسى المصريون أن كان لمقاتله منذ سنتين أثر في تأليف الوزارة الائتلافية برئاسة حسين ، أشيا ، اذ دعا الى وحدة البلاد وقد كان ٠٠ ولو لفترة قصيرة

♦ يعتبر من كبار رجال المال في مصر ، ويعتبره صحفيو أمريكا من خيرة رجال الصحافة العالمية • لم يتزوج فقد وهب كل نشاطه لوطنه وصحيفته

لمستواها برشدها • تنفذ الى قلبها باللين تارة وباللباقة والحلم أخرى حتى تفهم نفسيته فتتقن جيلا محتاجا الى العطف مفتقرا الى التوجيه ان المدارس الاجنبية تستحوذ على النخبة من بناتنا الغنيات منهن ، انها

تطالبهن بجشع وتستولي على مالهن بنهم ، وأولياء الامور في عذر اذا لبوا النداء لان المدارس الاجنبية غنية بوسائلها وطرقها فلعل أساتذى معالى طه حسين باشا يضيف حسنة الى حسناته فينشئ مدرسة أو أكثر خاصة تنتخب لها فئة من المدرسات الممتازات ، وناظرات من المشهود لهن في وزارة المعارف وهن معروفات ولست من أنصار التفرة بين الطبقات ولكن لنحفظ أموالنا ونكسب مالا لا بد ذاهب لغيرنا • ولننشئ بناتنا على حب مصر ونعلمهن معنى القومية فنظفر بجيل مصري حقا ممتاز علما وثقافة مصري جنسا وثقافة وفهما للحياة الاجتماعية • وتوجيهها وآمالا •

روحية القليني

قصة العدد

صفحة ٣٨

قصة تعالج مشكلة اجتماعية شائعة • ان بنت النيل تترجو أن تساهم كل قارئة في أن تدلى برأيها في حل هذه المشكلة • سننشر الآراء في العدد القادم

آرائها ثورة وانفجارا لا يؤمن جانبها • بها مدرسات يعرفن كيف يعاملن الطالبة كأنها أخت صغيرة ولهن من الثقافة الممتازة ما يستطعن أن يوجهن بها جيلا موكلا اليهن •

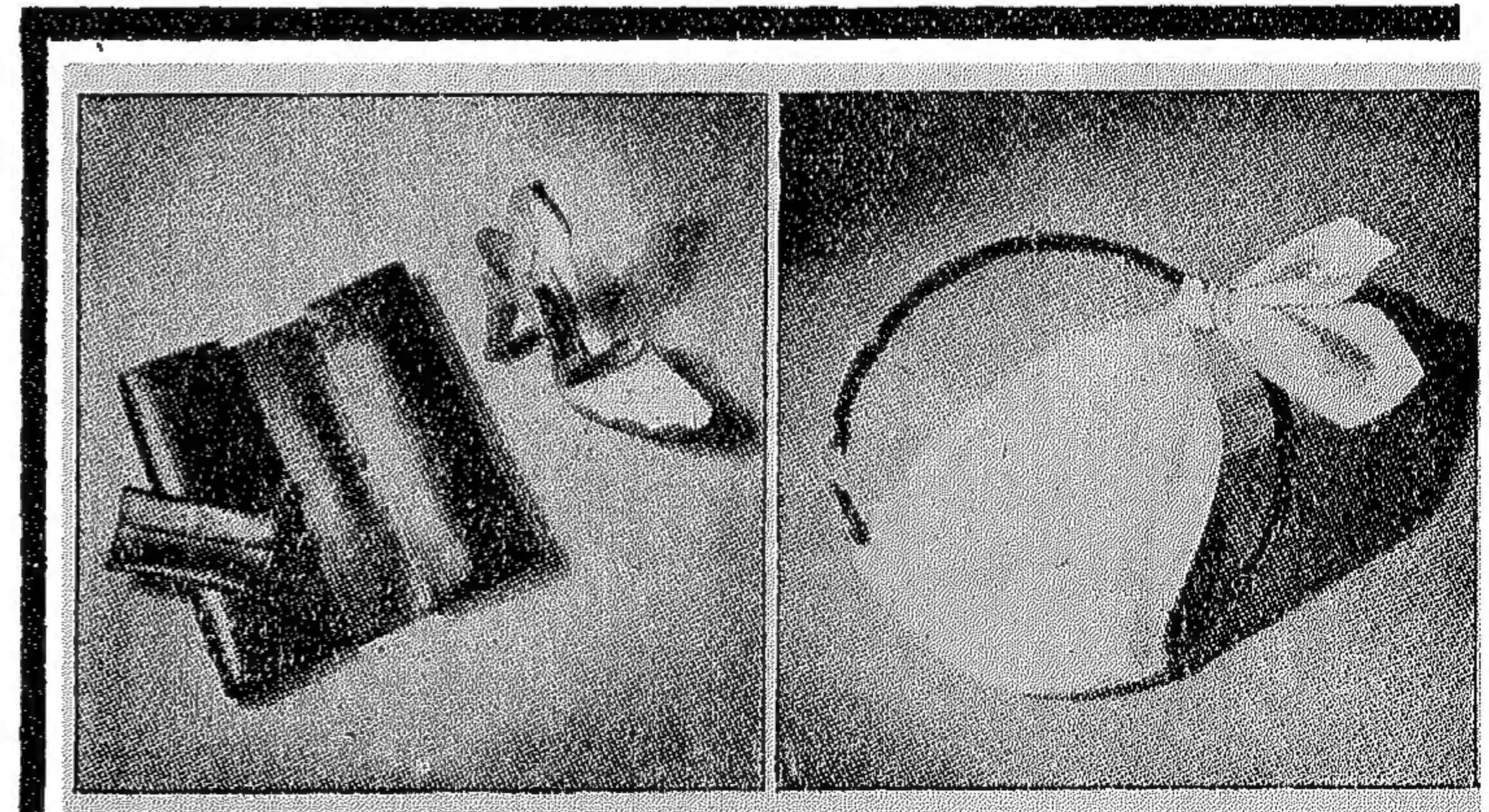
أما المدارس المصرية فللاسف الشديد نرى الكثير من المدرسات يحشو عقول الطالبات حشوا وليس لهن من الحرية في أن يوجهن كما شئن وكما شئت لبعضهن ثقافتهن الممتازة • بل ان بين الناظرات من لا تقرأ الصحيفة اليومية ولا تفرق بين الجامعة والكلية وبالتالي لا تدري من أمور الحياة شيئا الا درجة تسعى اليها سعيا وترقية تتحايل على نيلها بكل ما أوتيت من وسائل •

ان الرابطة بين الطالبة والمدرسة معدومة تماما فكيف نطمح في خلق جيل ممتاز راق ان لم نهىء له كل هذه الاسباب •••

ان المدرسة هي المثل الاعلى للطالبة فيجب أن تنزل

سألتني صديقة لها بنت هي كل أملها في الحياة نستشيرني أتعلمها بالمدارس المصرية أم بالمدارس الاجنبية فارتسمت علامات الحيرة على وجهي وقلت لها مع اننى أقدر كل ما هو مصرى وأفخر بمصريتي الا اننى يجب أن أصرح بعيوب المدارس المصرية فنحن في دور اصلاح وتطلع الى الكمال • المدارس المصرية يا صديقتي تفتقر الى اصلاح كبير •

ففي المدارس الاجنبية تتعلم الفتاة بجانب الدروس علم الحياة علم الاجتماع • تتعلم كيف تأكل ، كيف ترتدى ملابسها ببساطة وأناقة ، كيف تستقبل ضيوفها كيف ترتب بيتا وتعامل أخا أو زوجا ، هناك دروس (الاتيكيت) ، هناك في المدارس الاجنبية يخلقون منها شخصية قوية لا كمدارسنا المصرية يقربون شخصية الطالبة وتكون نتيجة الكبت واستحالة ابداء



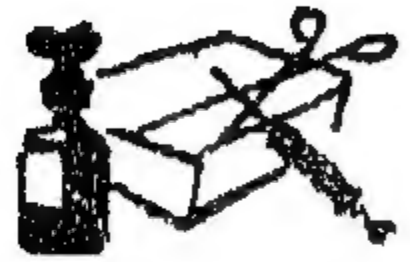
— حقيبة يد من جلد البوكس وحذاء تواليت مبتكر أبيض واحمر

— حقيبة ذات مقبض مصنوع من البامبو وجيب من النيل الأبيض

١٢ نقطة للسعادة

هل تريد أن تعيش سعيدة ؟ اتبعي اذن هذه النصائح التي نقدمها اليك . انها في غاية من الاهمية ولا يمكننا الاستغناء عنها .

- ١ - ان كنت مريضة فلا تحاولي علاج نفسك بنفسك . ان الطب هنا ليقدم لك العلاج المناسب . ليكن لاسرترك طبيب يعرف جيدا ويعرف اسرترك ليتولى علاجك .
- ٢ - لا تخجلي من العناية بجسمك والاهتمام بسلامته ان اردت أن تعيشي طويلا . لا تهمل أي نقص مهما كان صغيرا . عالجي الداء قبل أن يستفحل فيصعب دواؤه .
- ٣ - أطيعي أوامر طبيبك . لا تخفي عنه شيئا . وان اشار عليك باجراء عملية جراحية فلا ترفضى الاصغاء له . انه يريد خيرك لا ضررك . وانه معك وليس عليك .
- ٤ - احتفظي بهدوئك . فان أصبحت سريعة الغضب من أية هفوة بسيطة . وان كنت لا تنامين كما يجب فعليك باستشارة طبيبك قبل أن يفوت الاوان .
- ٥ - هل تسقطين على الارض . هل تتعلق ملابسك ؟ هل تصطدمين ؟ وهل تكسرين عفا الاواني التي تحملينها . ان ذلك لدليل على التعب . راقبي نفسك . خففي من سرعة حركاتك يعود اليك صفاؤك .
- ٦ - ان جسمك عبارة عن آلة يجب صيانتها . ان غدتك الدرقية قد تؤثر في صحتك . كذلك المبايض والكبد . راقبي هذا كله وحافظي على قلبك فانه أثمن أعضاء جسمك كله .
- ٧ - أنت كثيرة الهموم . ومن منا لا هموم له ؟ ان كانت صحتك حسنة وان كانت أعصابك مرتاحة وان كنت تنامين مليء جفنيك فانك تتحملين هذه الهموم بسهولة . لان الصحة تؤثر في الطباع .
- ٨ - ان المجهود الذي يستطيع أن يقوم به قلبك محدود فلا تحاولي أن تحمليه أكثر مما يحتمل . ان صعود السلم بسرعة والمجهود الكبير يؤذيانه ، كذلك تتعبه الانفعالات العاطفية القوية .
- ٩ - ان التمرينات الرياضية مفيدة للصحة . ان مارسيتها باعتدال . ولكن يجب أن تعلمي أن المغالاة فيها تقلبها الى العكس تماما خاصة ان كنت قد جاوزت الثلاثين .
- ١٠ - ان أهم مبدأ من مبادئ السعادة هو أن يختار الانسان المهنة أو الوظيفة التي يحبها . فليس هناك أصعب على النفس أن يضطر الانسان الى أن يعمل عملا لا يحبه .



من القاهرة الى :
نابلي و جينيف
على البرلمان القطار

سعادة
الطبيب

بنك النيل

جملة نائية اجتماعية أدبية
تصدر أول كل شهر
صاحبها ورئيس تحريرها
الدكتور د. رشيد شفيق
يشرف على تحريرها
الدكتور إبراهيم عبد
الوادي : ٤٨ شارع نصر النيل ، القاهرة
تليفون : ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

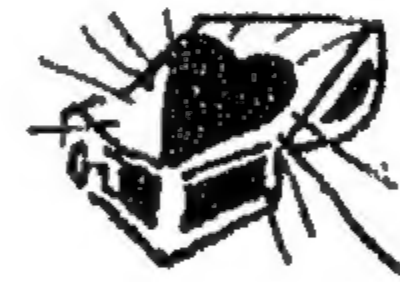
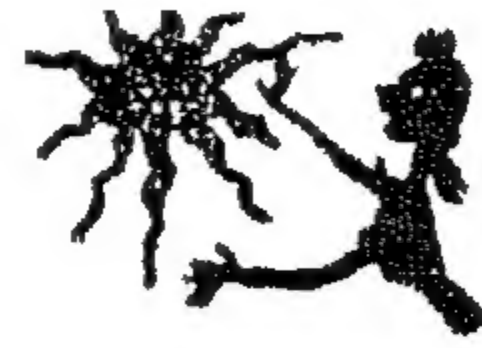


فان ذلك يؤثر في روحه
المعنوية .

١١ - أنظري الى الحياة
نظرة تفاؤل . لا تيأسي لان
غيرك قد نجح في الحياة
أكثر منك . لا تفقدي
عزيمتك وصحتك حزنا على
سوء حظك . قولي في نفسك
انك مسئولة بعض الشيء عن
الاخفاق الذي تعانيه .

١٢ - لا تكوني اجتماعية
أكثر من اللازم ولا تكوني
متوحشة لا تحبين
الاجتماعات . كونى بين بين
وزعى وقتك بالعدل
والقساطس بين عملك
وأسرتك وأصدقائك . تحاشي
الافراط في كل شيء ان أردت
السعادة البحتة .

وأخيرا خذى اجازة
سنوية تقتضيها في الراحة
التامة . فان كنت من اللواتي
يتحركن كثيرا أثناء السنة
فلا بد لك من الراحة . وان
كنت لا تمارسين أية رياضة
امشى . ان كنت تخرجين
كثيرا امكثى في المنزل
واقربى . وان كنت من
اللواتي يمكن طول الوقت
في المنزل . أخرجى . ان
الحياة الرتيبة تؤذى الصحة
والاعصاب فابتعدى عنها .



تدبيرات



أحدث النظارات الطبية من أشهر الماركات العالمية



تجربنا عند

محمد فاجي
أخصائي النظارات الطبية

١٧١ شارع محمد بك فريد - عمارة آل طالب بالقاهرة

مفاجأة الموسم أحدث

الموديلات الباريسية

أحضرتنا بأفهم صامدية
مولاتنا بعد عودتها من
زيارة أشهر مودلات
الأنظار الأوروبية

تفصيل

فانتين. بلاطى
تاثيرات. بنطلونات



*
سرعة
في سواعيد
التسليم

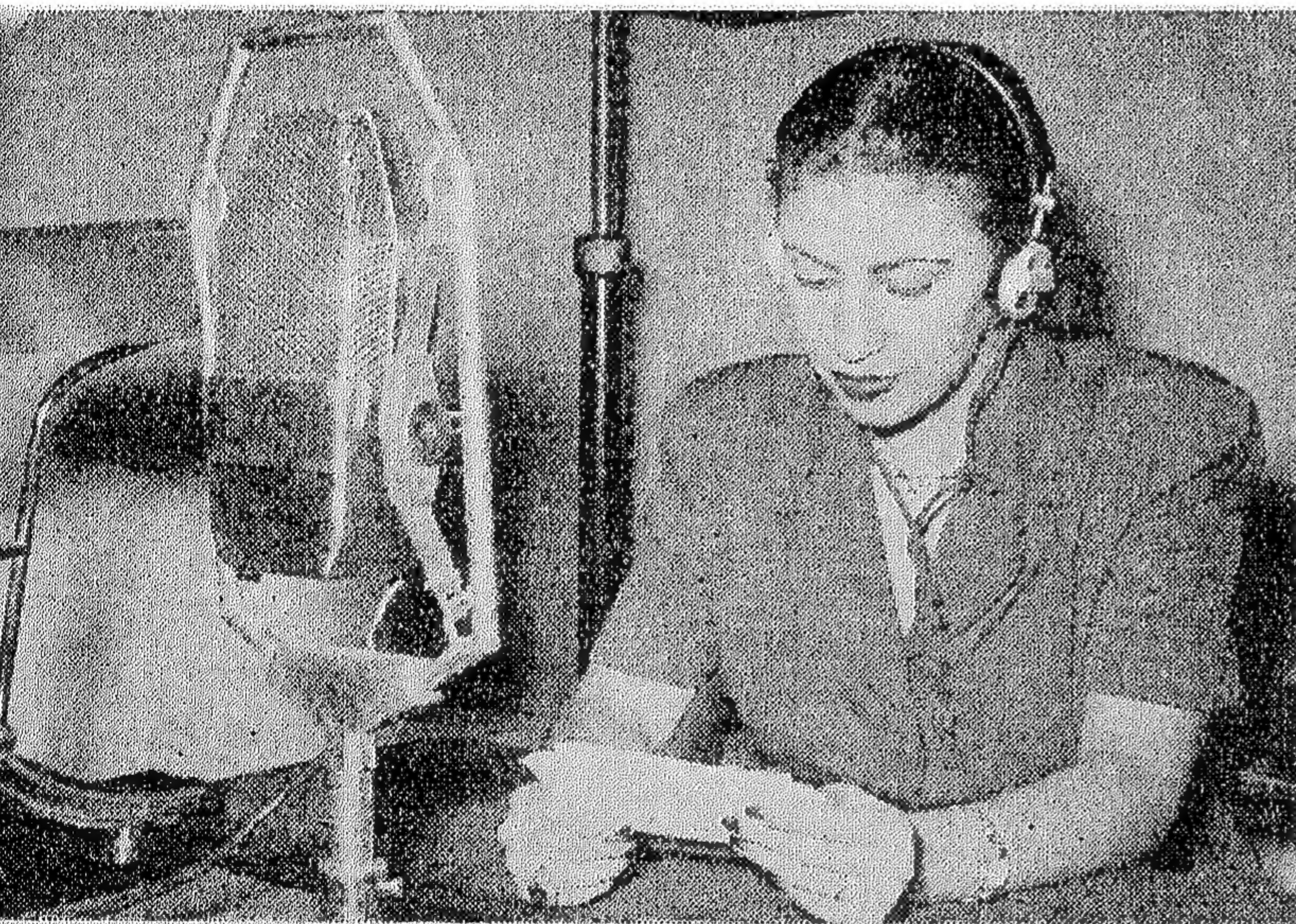
٧١١٥٦

محلات
أزياء
شهر زاد
٢٥ شارع شريف باشا بالقاهرة - أمام محطة المترو

هنا القاهرة



النظافة من أهم أعمالها بالمنزل



هنا القاهرة

نشر بنفسها على اعداد المائدة



وينظر اليها من أسفل الى أعلى وبالعكس عدة مرات والامتعاض باد على وجهه ثم يقول لها بطريقة تهكمية :
- حسنا ... أرجو بعد أن تقدميني للمستمعين أن تتكرمي بمغادرة الاستديو حتى أنتهى من حديثي .
وتخرج صفية والدموع تكاد تجري على خديها أسفا على تلك العقليات التي أغلقتها الرجعية .

وهكذا كان أكثر الرجال لا يستسيغون أن تقدمهم امرأة بل وصلوا الى حد أن بعضهم اعتبر وجود المرأة في الاذاعة (رجسا من عمل الشيطان !) ومرت الايام في كفاح مع أهل التزمّت واستطاعت صفية المهندس أن تجعل أقدام المرأة راسخة في ميدان جديد من ميادين الحياة وأثبتت أنه لا بد من صوت المرأة عند تقديم البرامج ليكون فيه بعض العزاء للمستمعين وتخفيفا عنهم من بعض البرامج أو بعض الاحاديث !!

البقية ص ٤١

(تسمعون الان أغنية من تأليف عزيز أباشه باظا) وبالطبع ليست هناك غلطة مطبعية ... ولكنها نفس العبارة التي قالتها السيدة صفية المهندس حين وقفت لأول مرة أمام الميكروفون لتقدم أغنية من تأليف عزيز أباشه باشا والسيدة صفية المهندس هي من أولى المذيعات اللائي قابلن العاصفة التي يقابل بها الرجل المرأة عند بدء عملها في أى ميدان من ميادين الحياة . وكثيرا ما كان يدور هذا الحوار بينها وبين بعض المتحدثين حين كانوا يرونها لأول مرة :
- حضرتك تبقى مين ؟؟ !
- أنا المذيعة الى حقدكم للمستمعين

- لا يمكن أن أقبل أن تقدمتي للمستمعين امرأة - ليس هذا ذنبى وأنا لم أخترك بالذات لأقدمك الى الجمهور ... ولكن الظروف وحدها هي التي جعلت حديثك في فترة عملي ... وبعد أن يدور الحوار على هذا النحو يتكلم المتحدث

لم ننس انوثتها

ماما شارو (تخطيط زر بابا شارو)



يارب البيت ..

أنت دائما صاحبة الرأي في اختيار المحلات
التي تقدم لمرادها الأسرار من غير مبالاة
وتعلمين أيضا أن محلات

محمد وحفي

٤٢ شارع الواسطي بالردف الأول : تليفون ٤٠٣٤١

تقدم

أصرت سويلا المراسم الفاخرة
للبيات والرجال والأولاد
واكبر مجموعة من الجوارب النايون الحريري
والبياضات والبأكير والفارس

أعزى من لا سوا المشاهدة وليس لحدنا فرع آخر في الواسطي

خفية ولكن حدث في العام
الماضي أن اكتشف أخونا
الاكبر سرنا وسرعان ما كانت
كتبنا ومجلاتنا وقودا لتلهمه
النيران ... هل يصدق أي
فرد في العالم أن المدنية التي
عمت وملأت الدنيا بنورها
أشاحت بوجهها عنا ؟ ..
وهل سمعتم بوالد جعل
حياة بناته نموذجا حيا لكتاب
شقاء نحن نفتح صفحاته في
كل يوم ويفرقنا بياسه ...
ان الكوارث التي مرت علينا
تفعل في أعماقنا الافاعيل ...
وأخيرا حل الفصل الاخير من
المأساة بتفضيل شقيقة أصغر
منا واعفائها من أشغال المنزل
الشاقة مكافأة لها على نقل
أخبارنا اليهما .. ولما طالبت
والدي بالمساواة ثار في وجهي
وضاعفا ارهاقنا

اننا في حيرة من أمرنا
وحياتنا آلام ... واليوم
عولت على أن أطرح مأساتنا
على القراء عسى أن يجدوا لنا
حلا .. ولن نفقد الامل

البائسة الحزينة - ع

عزيزتي بنت النيل

... لقد كنت في بادئ
الامر طفلة تسبح في بحار
من الاحلام السعيدة ..
وكنت أهفو الى تحقيق الاماني
العذبة عندما تلفت حولي لاجد
نفسى ابنة لرجل تحوطه
فظاظلة القلب .. وأم هي حقا
من أكرم الاسر وأعرقها الا
أنها اكتسبت بفضل عشرتها
الطويلة لوالدي كثيرا من
صفاته .. ولا أنكر أنهما قاما
بتربيتنا أنا واخوتي على
أكمل وجه ولكنهما ربطا ذلك
بعادات الصعيد وتقاليده
البالية التي تجعل من الفتاة
تمثالا ليست له ارادة ،
وكافحنا طويلا في سبيل
اخراجهما من تلك الظلمات
دون جدوى .. وابتدأنا حياة
الكفاح من طهي الطعام وصنع
الخبز وغسل الملابس وكيها
وحرم علينا مغادرة المنزل
ومقابلة الاقرباء وقراءة كتب
الادب والمجلات ولما كنا
بطبعنا ميالات الى المطالعة
فقد عملنا على شراء ما نبتغيه

المرأة المسلمة

بقية المنشور على ص ٦

لها ، راعى المرأة بشيء من
الرفق ، احتراماً لها ،
واكراماً لشأنها ..

ففي سن الرشد ، راعى
أن تكون السن الخاصة بالمرأة
أزيد بقليل على السن الخاصة
بالرجل ، وذلك حتى يعطيها
فرصة ، تكون فيها قد أدركت
الحياة حق قدرها ، فتستطيع
أن تؤدي أعمالها بنجاح ..
والمرأة لا تنفذ عقوبة
الاشغال الشاقة في الليمانات
المعدة لذلك في مصر ، حيث
يقوم الرجال بقطع الاحجار
ونقلها من مكان الى آخر ..

فهذه العقوبة لا تناسب بنية
المرأة وقوة احتمالها ،
ولذلك تقضى المرأة عقوبة
الاشغال الشاقة داخل
السجون ، حيث تكلف
بغسل الملابس وكيها ..

كما ان للسجينة الحامل
معاملة خاصة الى أن تضع
حملها ..

واذا كانت لوائح السجون
تكبل المساجين الرجال
بالحديد ، فان المرأة معفاة
قانوناً من هذا القيد ..

هذه عجالة خاطفة عن
مركز المرأة المصرية في
القوانين المدنية والجنائية
ولوائح السجون والشرعية
الاسلامية الغراء ..

قوى ولكنه مأمون

يعين ديتول في الوقاية
من الأمراض ، لاذ يقضى
على الجراثيم ، ولكنه
لا يضر الانسان ، ويمكن
استعماله حتى في حالات
صغار الأطفال
انه يشفى سريعاً
الجروح والقروح
ويمنع تلوثها
بالجراثيم
وطريقته
الاستعمال
مببنت على
كل زجاجة
من ديتول



استعملوا ديتول المطهر
العصري



شهادة حسن



تجميل الصدر

للدكتور حسنى السيد حجازى
أخصائى فى جراحة التجميل

بذلك روح الاباحية التى
ترزح تحت أعبائها الشعوب
المكبوتة حريرتها والظانة أنها
منها براء .

هذه مقدمة يجب أن تسبق
أى موضوع عن التجميل لأن
كل تيار فكرى حديث يجب
أن يسبقه مثل هذه المقدمات
لتكون بشيرا كالمياه الحمرء
تنذر بارتفاع النيل أو العبير
الشذى ينم عن ربيع الزهور
والصدر عنصر هام من
عناصر الانوثة الكاملة التى
يجب أن تهتم به كل سيدة
تطمع فى ألا يشوب جمالها
نقص أو يعتور أنوثتها
نقصان - ولو كانت السيدة
التي تنفق الكثير من مالها
على شراء السوتيانات المبطنة
وغيرها وعلى محاولة اخفاء
ما بها من عيب خلقى فى هذا
الجزء من الجسم تعرف أن
الجراحة الحديثة تمكنها من
البلوغ الى ما تهدف اليه من
تحسين وتجميل لما ترددت
فى أن تستعين بها على
شفائها من إحدى عقداتها
النفسية والاقتصادية
وتستعيد بهذا ثقتها فى
أنوثتها ونفسها .

إذا كنت يا سيدتى ذات
صدر ضعيف أو مترهل أو
ضخم الخ وان كنت تعرفين
صديقة قد استئصل أحد
ثدييها بعد عملية جراحية
لمرض ما وان كنت تنشدين
البقية ص ٤٥

كان الحديث عن التجميل
والجمال فى القرن السابع
عشر من الامور الخارجة عن
حدود اللياقة فى فرنسا . .
ولقد عد كل جراح يقوم
باجراء عملية من عمليات
التجميل خارجا عن الكنيسة
وأوصدت أمامه أبواب جامعة
باريس التى كانت تتزعم
الحركة الثقافية فى أوروبا
حينذاك مما أدى الى تأخر
هذا الفن عن الظهور زمننا
طويلا . الا أنه بالرغم من
ذلك التضييق فقد بلغت
جراحة التجميل بعد الحربين
العالميتين الماضيتين شأوا
كبيرا بعد أن أثبتت وجودها
بجدارة فى علاج المشوهين
والمشوهات وبعد أن اقتنع
رجال الدين بأن العلم يسير
جنباً الى جنب مع الدين . .
فالاول يصلح الاجسام
والنفوس والثانى يصلح
النفوس .

وانه لمن المفيد هنا أن
أذكر أن الطلاب والطالبات
فى أعرق الجامعات الامريكية
لا يمكنهم الالتحاق بها الا بعد
أن يصلحوا من عيوبهم
الجسمانية ولا غرو فقدما
قيل العقل السليم فى الجسم
السليم .

ولقد شاء المصلحون
الامريكيون أن يتحللوا من
قيود التقاليد البالية
وينشدوا الحرية فى أكمل
صورها دون أن يشجعوا

الحول

للدكتور على مرتضى
مدرس الرمى بقصر العينى

(الأتروبين) بنسبة ١ / ٠ .
مرة يوميا للعينين وهذا
المرهم يمنع العينين من رؤية
الاشياء القريبة فتتمتع
العينان تبعا من اللف لناحية
الانف ويمتنع الحول وهؤلاء
لا يمكنهم لبس نظارة طبية
لصغر سنهم

ثانيا - الاطفال بين
الرابعة والثمانية عشرة
وهؤلاء يعالجون بعمل نظارة
طبية ولبسها باستمرار مع
استعمال مرهم الأتروبين
أيضا بنفس النسبة السابقة
للعين السليمة حتى لا تتمكن
من رؤية الاشياء القريبة
وبذلك تعطى العين الضعيفة
التي بها حول فرصة للابصار
فتقوى حدة ابصارها وتقوى
معه عضلاتها حتى تتغلب على
الحول

ثالثا - اذا لم يفد هذا
العلاج فى بحر أربعة أشهر
أو اذا كان المريض أكبر من
اثنى عشرة سنة فالعلاج
جراحى (أى يحتاج لعملية
جراحية) ليست خطرة ولا
يخشى على العين من عواقبها
وعلى ذلك أنصح الاباء
بالمبادرة بعلاج فلذات
أكبادهم وقت ظهور الحول
حيث ان العلاج المبكر أسهل
وأضمن ألف مرة من العلاج
بعد فوات الاوان فوق
ما ينسببه من ازدياد درجة
الحول وتقليل ابصار العين

يعتقد كثير من الناس ان
من الصعب علاج الحول
وارجاع العين الى وضعها
الطبيعى ومن هنا نشأ اهمال
الاباء فى معالجة أبنائهم عند
بدء ظهور الحول فى سنوات
الطفولة المبكرة

أسباب الحول

ويتسبب الحول عن
شيئين اما شلل فى أعصاب
عضلات العين واما ضعف
احدى هذه العضلات والاخير
هو الاكثر شيوعا وينتج عن
ذلك اما حول أنسى حينما
يتغير موضع العين الى الداخل
بحوار الانف أو حول وحشى
حينما يتغير موضع العين الى
الخارج

علاج الحول

ويجب علاج الحول فى
سن مبكرة والا نتج عن
الاهمال :

أولا - ضعف فى ابصار
العين التى بها حول وهذا
قد يؤثر على مستقبل الطفل
من حيث الالتحاق بالمدارس
أو الوظائف

ثانيا - تكون عقد نفسية
عند الطفل لشعوره بأنه
غير طبيعى وأنه أجول وربما
كان ذلك سببا من أسباب
فشله فى الحياة : وينقسم
العلاج لثلاثة أقسام :

أولا - الاطفال دون
الرابعة وعلاجهم بسيط
ويشتمل على وضع مرهم

عملية الاجهاض

للدكتور محمد شوقي عبد المنعم

وبعد شهرين تزداد خطورة العملية تبعا لزيادة نمو الحمل .

حتى مع اتباع كل الاحتياطات الممكنة لا يكون الاجهاض دائما مأمون العاقبة ولعلنا نقدر ذلك لو علمنا نتيجة عملية تفسر لنا صدق هذا القول لو علمنا أنه في روسيا سنة ١٩١٩ أبيض الاجهاض تلافيا للاخطار الناتجة من سرية العملية وعدم قانونيتها حتى يتولى الاكفاء عملها في المستشفيات علنا طبقا للاصول الطبية السليمة - ثم اضطرت روسيا نفسها سنة ١٩٣٦ لاصدار قانون يحرم هذه العملية بعد ما نتج من أضرارها الجسمية فيمن أجريت لهم من بينها الالتهابات المختلفة الانواع في المبايض والرحم والتسمم الميكروبي واختلال افرازات المبايض والنزيف الرحمي والعقم، والحمل خارج الرحم، وتعرض الولادات واضطرابات وشذوذات جنسية مختلفة .

أما عن نسبة الوفيات (الرسمية) الناتجة عن الاجهاض فهي طبعا قليلة - لان العملية نفسها غير قانونية - وسبب الوفاة دائما ينسب لأمراض أخرى ظلما وبهتاناً ، وكل طبيب ولا شك تتركز في مخيلته صورة حزينة أو أكثر لسيده تجهض نفسها أو تجهض غيرها ثم جاءت تستنجد به وهي في الرق الاخير حيث لا يجديها العلاج شيئا - فتترك أطفالا صغارا أيتاما أو تعيش على كفة قليلة بقية العمر لا تمكنها صحتها من قيامها بواجباتها نحوهم .

والى من لا يرغب في الاطفال - لاي سبب كان - أنبأى بأن الوقاية خير من البقية ص ٢٥

كثيرا ما يلجأ البعض الى تفريغ الرحم باستعمال عقاقير وسموم مختلفة أو وصفات مؤذية قد تسمم الام قبل أن تؤدي للاجهاض . أو قد تلجأ بعض السيدات لادخال أدوات أو آلات مثل دبابيس الشعر أو مبسم الحقنة أو ادخال ماء وصابون أو جلسرين بالحقن داخل الرحم - ولا أقول عود الملوخية أو قطعة حطب - أو قلم رصاص - الامر الذي يؤدي الى تعفنات أو تسممات شديدة لا أراني في حاجة الى التحذير من عاقبتها .

وقد يبرر البعض طلب الاجهاض متعللين بأسباب صحية - من ضعف الى تكرار الولادات - ولو أنه مع العلاجات الحديثة كادت تنقرض الاسباب التي تحتج الاجهاض - فقد تكون عملية الاجهاض نفسها أكثر خطرا وضرا مما لو ترك الحمل لطبيعته وانتهى بالوضع خصوصاً لو كان القائمون بعملية الاجهاض - كما هو الحال - ليسوا من الخبرة والاتقان لعملهم بدرجة كبيرة أو كانت العملية تجرى طي الخفاء بدون استعدادات كافية - أو بدون بنج خوفا من حوادثه .

وقد يتمسح البعض بالشرف والمحافظة عليه كأن تكون الحامل مطلقة - أو غير متزوجة - مع ان الشرع والقانون لا يسمحان بأن تستر على جريمة باتيان جريمة أخرى اذ أن عملية الاجهاض ليست دائما مأمونة العواقب ما لم تعمل قبل حلول ميعاد العادة الشهرية الثانية وأن يقوم بعملها طبيب مختص في مكان يراه مستعدا لكل طارئ وأخطار العملية

سناكسيل
Sacné

طريقة الاستعمال
ترجح الزجاجة جيداً
قبل الاستعمال . ويدهمه
بوضع عبة الشباب مرة
كل يوم أو يومين مساءً قبل النوم

لعلاج حب الشباب
وبثورات الوجه
يعيد للبشرة جمالها
ورونقها الطبيعي

عدن نوفمبر - عدن مهتاز

س. ٢٠١



إنها الشراب
النفق
الظاهري



شركة الصناعة والتجارة المصرية - ش.م.م. رصاف تعبئة كوكا كولا - سيكو

الفن يا جمال

تقدم لك بنت النيل على هذه الصفحة حروفاً أبجدية جديدة يجب عليك أن تتعلمي كيفية هجائها دون أن تنسى منها حرفاً واحداً ذلك لأن الجمال وحدة لا تتجزأ ولا تحتل أي اجمال في أي ركن من أركانها ، لا يكفي يا سيدتي أن تعتني بوجهك فقط ان جسمك كله يتطلب منك عناية به من ناحية الجمال والصحة .



ما تتركز في منطقة الرقبة والخصر وأسفل الظهر وعلى الفخذين والساقين وتشبه البشرة المصابة بهذا المرض قشرة البرتقالة في ملمسها وهي شديدة الحساسية . ويمكن علاج هذه الحالة بلون من التدليك الخاص مصحوب بعلاج داخلي .

التهاب الغدد الموجهة تحت البشرة : ينتاب عادة البشرات الجافة . ويعالج بالكهرباء ، وبالالعلاج الرياضية التي تنظم دورة الدم في الجسم . كما يجب الامتناع عن تناول الاطعمة التي تدخل في اعدادها التوابل وعن الاكثار من تناول الحلوى .

حب الشباب : مرض البشرة الدهنية ، يعالج بالامتناع عن استعمال الكريم واحلال اللبن محله بعد غسل الوجه جيداً بالماء

عن استعمال الكريم المغذي ، ضمعي ماسكا مرة في الاسبوع . امتنعي عن تناول الاطعمة التي بداخلها صنف من أصناف التوابل .

البشرة الجافة : ازيل الماكياج بكريم من نوع خاص ثم اشطفي وجهك بمحلول ملطف . ضعي بين الحين والآخر كريما به هرمونات خاصة ان كنت قد جاوزت سن الشباب . تفادي ما أمكن تعريض بشرتك لتقلبات الجو دون أن تضعي عليها كريما أو زيتا خاصا للوجه .

البشرة الطبيعية : يكفي أن تستغلي لها مستحضرات تجميل من نوع جيد ان أردت المحافظة على نضارتها أمراض البشرة

خشونة البشرة : تحتاج جميع أعضاء الجسم حتى الداخلية منها ولكنها غالبا



الشعر

سواء كان شعرك جافا أو دهنيا يجب عليك أن تسرحيه يوميا صباح مساء لمدة عشر دقائق . وان كان شعرك جافا فيجب غسله مرة كل نصف شهر وتدليكه بمادة دسمة . أما ان كان دهنيا فاغسله يوميا ودلكي رأسك بأصابع يديك باستعمال دهان للشعر من نوع جيد ، واختمي هذه العملية بتدليك الرأس بلوسيون كحولي أي بماء كولونيا .

بشرة الوجه

البشرة الدهنية : ازيل الماكياج من على البشرة كل مساء بماء ساخن وصابون أو بالكريم الخاص بازالة الماكياج . نظفي بشرتك بعد ذلك بمحلول قابض للمسام ومن الجائز استعمال الكريم الخاص بالبشرة الدهنية . على أنه يجب الامتناع تماما

بناتية إفتح المدارس

وصلتنا
أصغر موديلات
المعاطف
والنايبرك
والجاكيتات
الكلاسيك



الأجور
١٠٠ فنان عادي
١٥٠ فنان لسرة
٢٠٠ معطف
٢٠٠ نايبرك

التليم
في اقرب
فرصة

مراصة ناكوت
بالبريد الجوي عليه

يمكن للسيدات في المواقف
ارتداء القميص والمفاس
بالبريد

عندك رينيه

م. طابع طوسون المود الثاني - شبرا مصر



وتستطيع أن تصدق

الخبراء

فمنع سافورا
تكتسب حتى
أرق فتون
الطبخ نكهة
خاصة جديدة



سافورا

فاتح الشهية المشهور



ترسمينه بالقلم الخاص
متجها نحو الصدغ .

العينان

يجب أن تكون العينان موضع عنايتنا ، حميهما كل مساء كي تريحيهما من عمل يومهما بماء البوريك وولي من ارهاقهما ما أمكن . لا تقرئي الا ان كانت الاضاءة كافية وغير متعبة للأنظر . اغمضي عينيك لبضع دقائق عدة مرات في اليوم لاراحتتهما . وان ظهر عليهما الاحمرار عليك بغسلهما بالماء الدافئ مضافا اليه شيء من البوريك . وان كانتا منتفختين عليك بكمدات ماء دافئة مضافا اليه بضع نقط من مشروب العرقى . وان كان انتفاخهما تحت الجفن الاسفل فهذا دليل على عدم قيام الكليتين أو الغدد بوظائفهما كما يجب ، وفي هذه الحالة لا ينفع أى علاج ظاهري . ولتقوية العينين يجب عليك أن تجعليهما يؤديان هذا التمرين كل صباح قبل النهوض من السرير : أنظري الى أعلى (الى أبعد ما يمكن خلف الرأس) أنظري الى أسفل وإلى اليمين ثم الى اليسار . ضعي بعد ذلك راحتي يديك على عينيك بعد أن تغمضيهما جيدا ، لا تضغطي عليهما بقوة .

الأنف

ان كان يتأثر بالبرد فهذا دليل على عدم انتظام الدورة الدموية ، وان بدا أحمر أو لامعا بعد تناول الطعام فهذا دليل على سوء الهضم ، وتشير عليك في هاتين الحالتين بوضع قدميك في ماء ساخن بما فيه الكفاية والامتناع عن تناول الاطعمة بكميات كبيرة والمشروبات الروحية .

الفم

يحسن رسم الشفتين بالفرشاة الخاصة بدلا من

الساخن والصابون . احذري من لمس الحبوب بأصابعك وأحسن علاج لهذا الحب الاشعة البنفسجية . يجب أيضا ملاحظة وظيفة الامعاء والمبايض .

ارتخاء العضلات :

يبدو هذا الارتخاء ظاهرا على الخد والذقن ، وتعالج هذه الحالة بنوع من التدليك الخاص والكهرباء .



التجاعيد :

التدليك وعمل ماسك خاص ضد التجاعيد

الحاجبان

يجب تفريشهما أولا عكس اتجاه الشعر ثم في اتجاهه . لمعيهما بعد ذلك بالفرشاة الخاصة بعد غمسها بزيت الخروج الذى بدون رائحة أو بالكريم الخاص بالحاجبين الذى يعمل على اطالة شعرهما . يجب تركهما على تقويسهما الطبيعى الا ان كان الشعر نابتا في غير موضعه . وفي هذه الحالة عليك بنزع الشعر من أسفل وان كانت الحاجة ملحة فعليك باطالتهما بـخط.



شذى الليل العليل ونسيم
يداعب غصون الشجر
واحلام الهناء الحلوة يبعثها
في النفس عطر ماء كولونيا

أتكنس

المدالية الذهبية

تخير عطر كـ المفضل من بين روائح
أتكنس الثمانية !



BY APPOINTMENT PERFUMERS TO
H.M. KING GEORGE VI
J. & E. ATKINSON LTD.
LONDON, ENGLAND



ARC 5/1-302-80

C.R. 57305

٤٠٦٨٤

٤٩٦٦٨

{ تليفون بنت النيل

العنق

الصلوات

الخضر والردفان

الذراعان

الاسنان

وزير الوجه

ماکیاج الوجه

أشهر الصيف
تحمل في طياتها
سجلات شخصية
للسيدات !

صابون التواليت ..

صکایون

* الحسان

والنجوم

من زيت الزيتون
البنفسج
صنع انجلا

جام اندوليف اول
Palm and Olive Oil

A high-contrast, black and white portrait of a woman with dark hair, looking slightly to the right. She is holding a white card with the number '14' written on it in the bottom left corner.

معركتنا إلى كائنهم!

استعمال
نشانی *

پہلے

شامبو
انجوم

★
انتاج فابریکہ
دریں

**LE SHAMPOO
DES STARS**

**مجوهرات
ومصوغات**
في غاية الجمال
ورقة الصياغة
نجمتها عند

حسني يعقوب

٣٦ بالكة الجديدة - تحت بنك مصر - القاهرة

التي تتطلب بعض المجهود الذي
صديقة العضلات لانها
تقويها وتصلبها ، وهناك
بعض الالعب المفيدة



اليادان
اغسليهما بصابون من نوع
جيد واعتنى بهما عذابتك
بوجهك ، دلقيهما قير النوم
بكريم خاص أو بجليسرين
مضافا اليه بضع نقط من
الليمون وقليل من ماء
الكولونيا وأثناء قيامك
بأعمالك المنزلية
المختلفة البسي في يديك
قفازا من المطاط ، ان الاظافر
جواهر الايدي ، فرشيهما
صباح مساء وابرديها كل
اسبوع ، وان كانت تتقصف
بسهولة يجب عليك أن تبخني
عن السبب ، ضعي أظافرك
بضع دقائق في قليل من
زيت الزيتون الدافئ ،
كرري هذا العلاج يوميا ان
أردت تقوية أظافرك

الساقان

فيما يختص بشترتهما
وبالوبر الذي يظهر عليهما
يجب أن تتبع معهما نفس
الطريقة التي تتبع مع
الذراعين ، وان كانت ساقاك
غليظتين أكثر مما يجب أو
نحيفتين فليس أمامك الا
علاج واحد لكنتا الحاليتين ألا
وهو المشي ، ولكي تنتظم
الدورة الدموية خلالهما
أريحيهما ولا تقفي عليهما
كثيرا ، استلقي على ظهرك
أرضا وضعي قدميك على
كرسي مدة عشر دقائق ،
انها أحسن طريقة لراحة
الساقين المتعبتين .

القدمان

اعتنى بهما كعنايتك
باليدين ، ان الاحذية الضيقة
تفسد شكل القدم وتسبب
ظهور الكالو ، امتنعي اذن
عن ارتداء الاحذية الضيقة
ان أردت أن تعود قدماك الى
جمالهما الاصيل .

للمدراعين مثل لعبة كرة السلة
والكرة الطائرة والسباحة
والتجديف ، هاك أيضا
تمرينا مفيدا : ارفعي ذراعيك
الى أعلى مع شد الجذع وفتح
الساقين ، اثني الخصر
بسرعة واقذفي الذراعين مع
شدهما جيدا أبعد ما يمكن
بين الساقين .

وان كان يكسوهم شيء
من الوبر الظاهر فالأفضل
نزعه بالكهرباء عن الالتجاء
الى الطريقة المعروفة عندنا
في الشرق العربي . اياك
واستعمال شفرة الحلاقة فانها
تقوى جذور الشعر وتجعله
ينبت قويا وبسرعة . وان
كانت البشرة مصابة
بالحبيبات فليس هناك
أحسن من تدليكها بكريم مغذ
كل مساء بعد التواليت .
ولتنعيم المرفقين (الكوعين)
يجب تدليكهما يوميا صباح
مساء ، وليس هناك خير
من غسل الذراعين بالماء
والصابون مع تدليكهما
بحجر الحمام خاصة الاجزاء
الخشنة منهما . ان رغبة
الصابون اذا تركت على بشرة
الذراعين مدة طويلة أكسبتها
نعومة في الملمس



في العالم لا يوجد أي شيء يمكن
أن ينعشك برشاقة مثلما ننعشك

لاوند ياردلي YARDLEY

والصابون بلوندة ياردلي

« صابون العالم الفاضل »



وتجارتهم في ياردلي :
اصلاح الحمام . بودرة التالك . والبرساتين

YARDLEY • 33 OLD BOND STREET • LONDON

كورساج من طراز جديد



وصلة الاكتاف من الخلف

ان هذه الوصلة لا تكون
الا من الامام .

اقفلي البانسة وخطي
وصلة الكتف على سم واحد
فوق خط عرض الظهر .

أما للكشكشة ، شقي
أسفل الكورساج على امتداد
البانسة الى الخصر . وليكن
بعد الفتحة أو عرضها من ٨
سم الى ١٠ سم حسب ليونة
القماش (أنظري الرسم ٢)

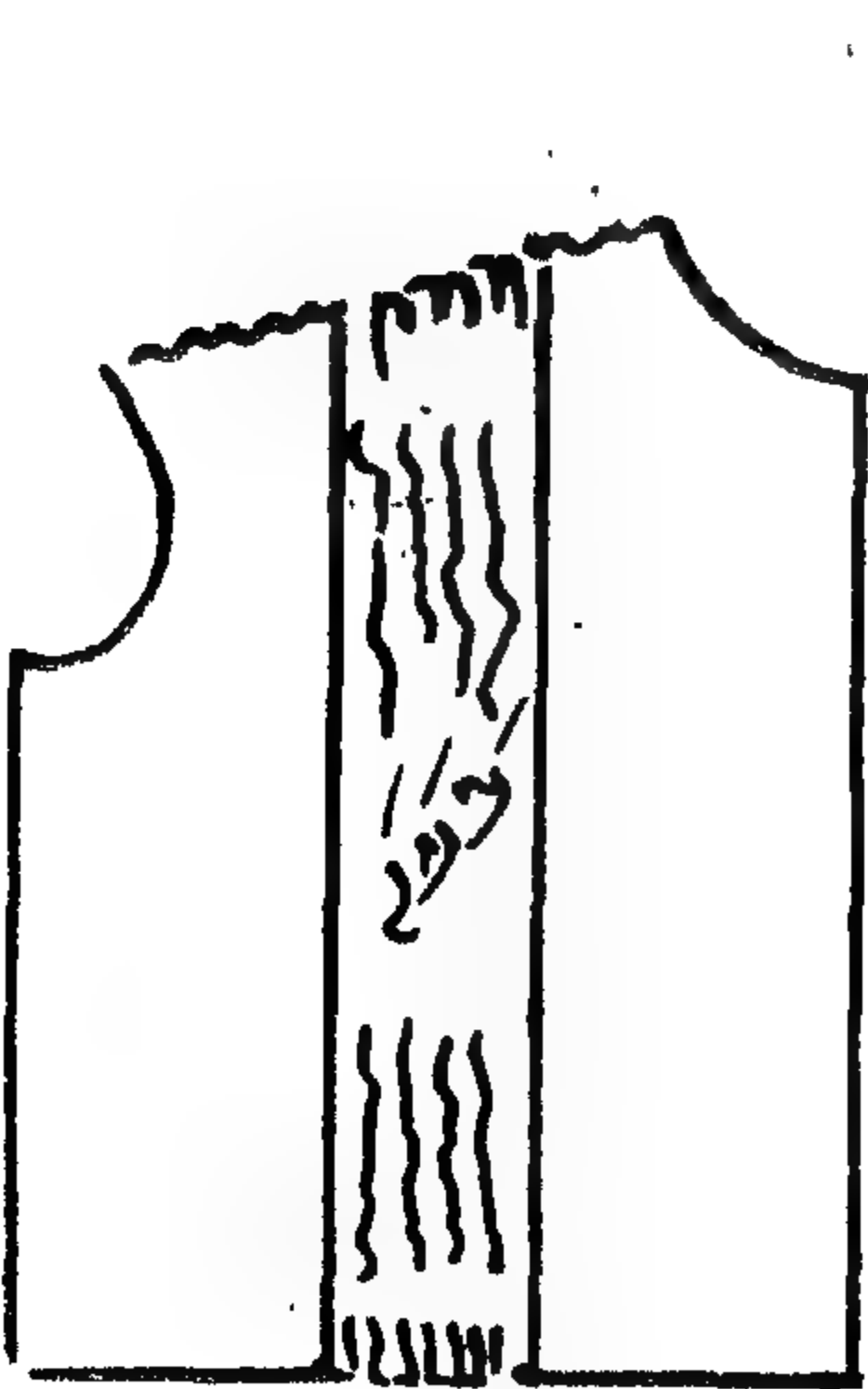
ان كان القماش من
السموكس أو عش النحل
فليكن العرض ثلاث مرات
تحت شكل واحد: كورساج
ببانسة

تحت شكل ٢ : كورساج
بكشكشة تمتد الى الخصر

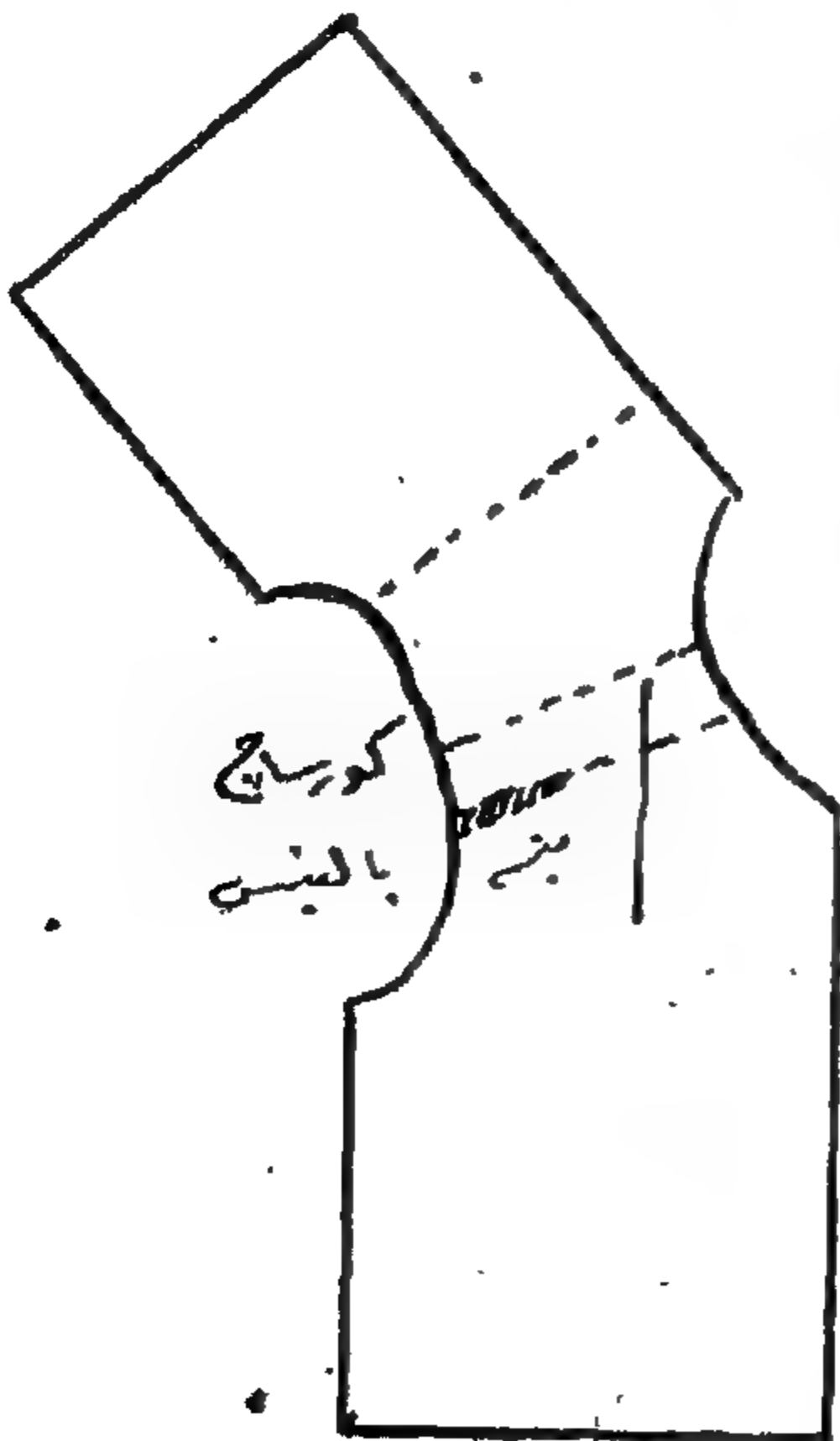
اقفلي البانسة وضمي
الكتفين وارسمي من قطعة
واحدة وصلة الاكتاف
للاارتفاع احسبي سم واحد
فوق خط عرض الظهر
(أنظري الرسم ١) اعلمي
ثنيات أو كشكشات أو
بنسات كما فعلت في
الكورساج الموضحة طريقة
تفصيله في عدد سبتمبر
الماضي . أما للظهر فيجب أن
تلغى ارتفاع الوصلة .

وان أردت عمل كشكشة
اتركي في منتصف الظهر ٦
سم أو ٧ سم . زيادة على
مقاس الباترون على الارتفاع
كله .

وصلة الاكتاف من الامام
مع كشكشة تمتد الى
الخصر .



كل
كورساج بالمشككة



شكل ١



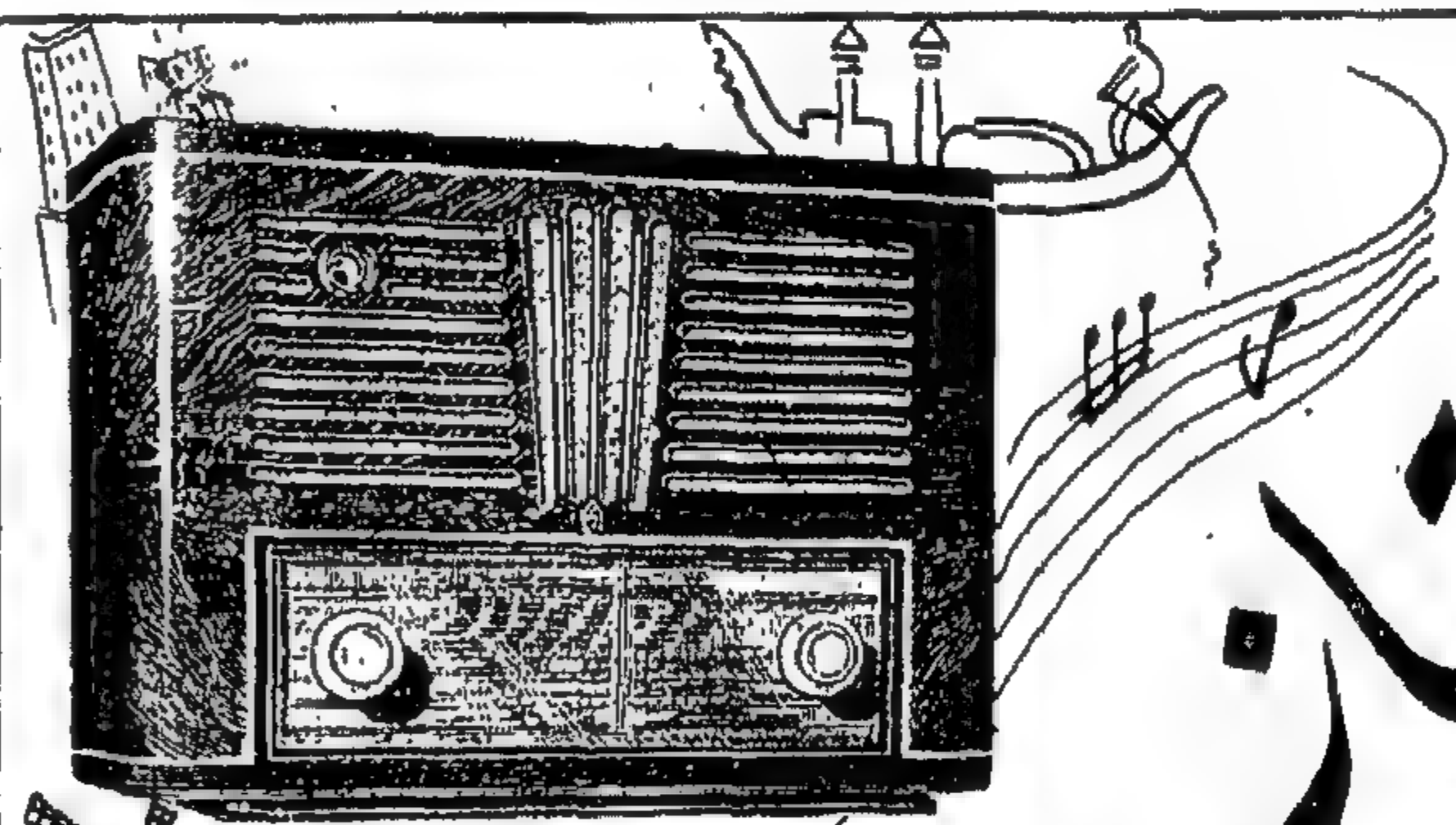
انها ذات قيمة
مدهشة... جوارب
النيلون التي يصنعها ارستوك

ثينة كالؤلؤ وخفيفة كالنسيم ومتينة كالنولاذ . . .
فضلاً عن قيمتها المدهشة ! لقد صنع نيلون ارستوك
ليجعل خطوطك خفيفة ورشيقة . ولا عجب فقد
اخرجته شركة متخصصة في صناعة الجوارب الفاخرة .
جربي « زوجين » او ثلاثة فأنت أيضاً ستندهشين
كيف ان مثل هذه الجوارب الفاخرة تباع
بهذا الثمن القليل !



الجوارب الارستوقراطية

ارستوك



سيرا

بعذوبة في الصوت
قوة في الاداء
صندوق من الخشب الثمين



SIERA

راديو سيرا

جاري

للخريف

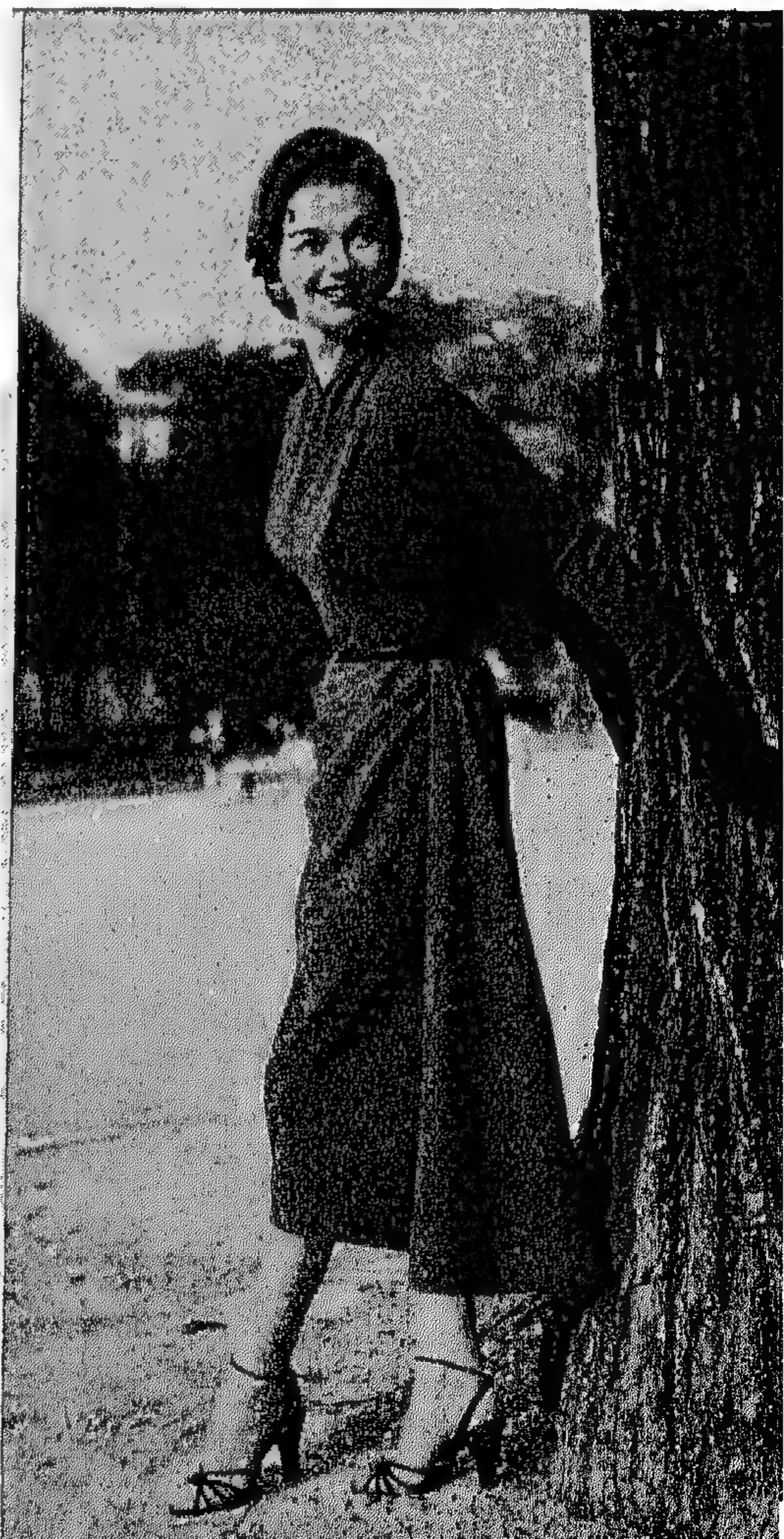
ازياء من الحرير



هذا التايير مصنوع من القטיפه
وهو يمثل جيدا خط موضه هذا
الموسم • فالجونييه ضيقه والباسك
متسع وقد غطي التايير بعضه
بجالونات غاية في الاناقه والجمال •
تصميم بيير بالمان



هذا الفستان الباريسي من تصميم صانعة الازياء المعروفة جرمين لوكونت
وهو من الجرسيه الرمادي • ويلاحظ أن الكورساج ضيق وأن الجونييه
ضيقة عند الردين ثم لا تلبث أن تتسع من الخلف • أما الحزام فهو من
الجلد الاسود الضيق



لحفلات بعد الظهر يقدم كريستيان
ديور هذا الثوب الانيق المصنوع من
التافتاه الاسود • الأكتاف درابيه •
ويغطي هذا الفستان الديكولتيه
بجاكيت صغيرة باسك تحيط بالصدر



فستان لحفلات بعد الظهر تقدمه جرمين لوكونيت وهو من الفاي الاسود •
الكورساج غاية في الضيق عند الخصر • الجونيلة مستقيمة ولكنها ذات
شكل جميل اذ يلاحظ عليها تلك الثنيات ذات التموجات التي على جانب منها

هذا الثوب من الكريب الاسود من ابتكار بيير بالمان وهو للسهرات
وهو عبارة عن بوليرو من القطيفة الخضراء حليت ببرودريه من خيوط
الذهب • أما الجونيلة فهي ضيقة ومشقوقة من أسفلها • تسهلا للسير •



وهذه جرمين لوكونت تقدم هذا
الثوب البديع الذي يرتدى في
الحفلات الساحرة الكبيرة • وهو
مصنوع من الدانتلة الوردية وقد
أطلق عليه اسم « السفيرة »

هذا الثوب يقدمه كريسميان دور لسهرات الشتاء وهو مصنوع من
التول البليسيه الابيض وقد حلى هنا وهناك بأحجار برافه غاية فى الجمال .
وقد لاقى استحسان الباريزات .



ان جاك جريف يقدم هذا الثوب
المصنوع من التول وهو أيضا للحفلات
الساهرة وقد تكلف صنعه خمسين
مترا من التول البرتقالى . ان صورته
تكفى لوصفه وصفا كاملا .



هذا الفستان الرائع
من صنع بيير بالمان ومما
يلفت النظر هـذا
البرودريه الموشى
بالذهب . أما الفستان
فهو من القطيفة

هذا المعطف المصنوع
من فراء الفيزون جميل
للغاية والاجمل منه هذا
الكورسليه • تصميم بالمان







صفحة ٢٦ يقدم جاك فاته هذا الكورساج الجميل الابيض
 ض ٢٧ الى اليمين فستان لحفلات بعد الظهر أو المساء من
 الساتان الاسود • الياقة على هيئة مثلث مقلوب ابتكار
 مارسيل روشاء • الى اليسار تأيير من الصوف الاسود
 بأكمام تنزل الى ما تحت المرفق قليلا • الباسك قصير
 تصميم باكان • أسفل الى اليمين ثوب من الصوف الاسود
 عليه بوليرو من القطيفة لون الشطة • تصميم ديور



هذا المعطف مصنوع من الصوف البوكليه
 ذى اللون الاصفر • ويلاحظ على هذا المعطف اتساعه
 وبساطته • أما الاكمام فقد ركبت بطريقة مبتكرة
 ورفعت قلابات الياقة • انه من صنع مارسيل
 روشاه مبتكر الازياء الباريسى المعروف •





أعلى : معطف يقدمه كريستيان ديور وهو من الصوف
البنفسجي . ويلاحظ أن اتساعه من الامام .
أعلى الى اليسار : معطف غاية في البساطة وتايير بجاكيت
مبتكرة جميلة
أسفل الى اليسار : تايير مبتكر أنيق وبسيط يرتدى
للصباح ولبعد الظهر . .



شاركك الفضل



وأخضر زرعى جميل ولا
تكثرى من الألوان التى يجب
أن تكون منسجمة مع لون
القماش
رابعاً - أما طريقة الشغل
فهى غرزة الساق (وهى
معروفة) وتشتغل بها جميع
الوحدات من الخارج
والداخل وبعض الوحدات
اشغليها بغرزة عش النحل
وطريققتها هى خيوط متفاوتة
ومتساوية بداخل الرسم ثم
أفقية ومتماسكة بالطول
بغرزتين فيتكون الشكل
المطلوب كما هو موضح فى
الرسم
وأخيراً يستحسن أن
تبطنى الستارة من الخلف
بقماش خفيف من نفس
لون الستارة لتبدو جميلة
ونظيفة وتعطى منظر الغرفة
الشكل اللائق بها

اشترى
فى مسابقة بنت النيل
(أجمل وجه لمصرية)
ارسل صورتك بالاسم
والعنوان • آخر ميعاد
(١ نوفمبر)

لا شك ياسيدتى فى أن
منظر الغرفة لا تكون أناقتها
تامة الا باستائرهما الجميلة
المنسجمة المعلقة على أبواب
الغرفة وشبابيكها • واليك
طريقة مبسطة ومفصلة لعمل
ستارة من صنع يديك •
ولعمل هذه الستارة خذى
أولاً - مقاس طول الشباك
وعرضه قبل شراء القماش
المطلوب وهو من التيل
المخصوص للستائر ويباع
فى محلات الاقمشة الكبيرة
ثانياً - قسمى طول الستارة
الى قسمين واتركى
جزءاً من أسفل الستارة
لعمل ثنية الحرف بغرزة
رجل الغراب المعروفة ثم
قسمى بعد ذلك هذا الجزء
وارسمى هذه الوحدات
الموضحة فى هذه الصفحة
بحيث لا تتعدى نصف
الستارة وهذه الوحدات
تكون خطين أفقيين كما هو
مبين فى الصورة وأتركى
باقى الستارة بدون رسم
ليظهر منظر الشغل واضحاً
جميلاً • ثالثاً - احضرى
خيوطاً حريرية نمره ٥ فاذا
كان لون الستارة مثلاً بيج
فيكون لون الخيط طرابيشى

بنت النيل فى شئون منزلك

من الماء وصفيه بقطعة شاش
ثم تضاف للماء ويقلب •
ضعى الجاكيت فى محلول
الصبغة فوق النار ولاحظى
أن يكون مغموراً تماماً بماء
الصبغة حتى تحصل على
لون متجانس فى جميع أجزاء
الجاكيت فى محلول الصبغة
من حين لآخر مستعملة عصا
خشبية واستمرى فى هذه
العملية لمدة نصف ساعة ثم
يرفع من ماء الصباغة
ويشطف عدة مرات بماء
دافىء حتى يزول كل أثر
للصبغة ثم يعصر بالضغط.
بين اليدين للتخلص من أكبر
كمية من الماء - يفرغ على
المنضدة وتساوى أجزاؤه
ليأخذ شكله الطبيعى ويترك
حتى يجف تماماً ثم يكوى على
الظهر بواسطة الضغط
بمكواة هادئة جداً

كتاب حبك الصوف دليل عمل لاشغال التريكو والكروشيه

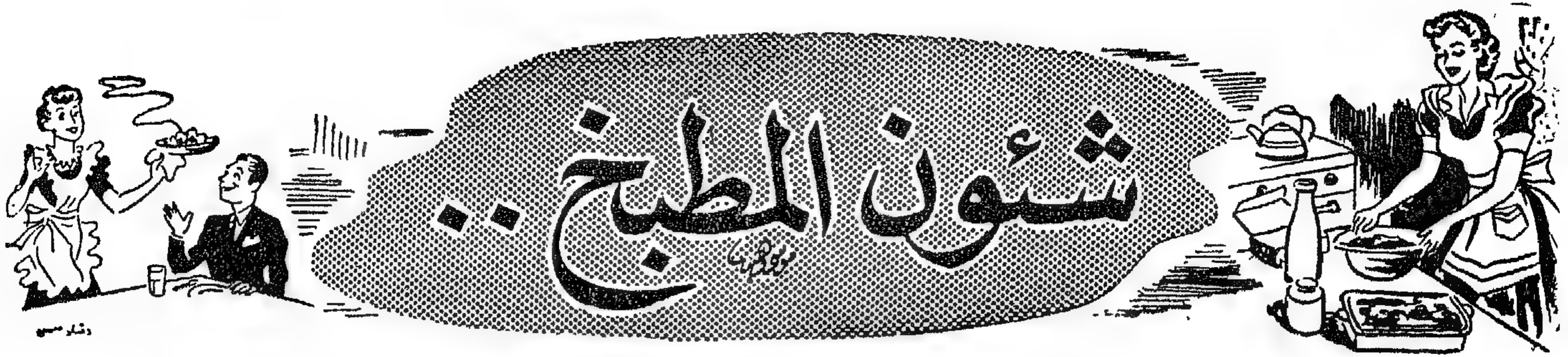
نشرت شركة P. & B
(باتونز وبولدوينز) كتاباً
يقع فى ٧٤ صفحة ويحتوى
على ٤١ نموذجاً مصوراً
لأحدث وأجمل أنواع
التريكو والكروشيه • وهذا
الكتاب ذوقاً عظيماً لهواة
حبك الصوف لما يحتوى
عليه من إرشادات عديدة
للمبتدئات والمبتدئات
تمكنهن من صنع أحدث
الموديلات من أشغال التريكو
والكروشيه وثمن هذا الكتاب
عشرة قروش صاغ •
ويباع فى محلات أصواف
التريكو وفى المكاتب الهامة •
ويطلب كذلك من دار اتحاد
بنت النيل ٤٨ شارع قصر
النيل بالقاهرة

س - عندى جاكيت
صوف تريكو لونه أحمر
غامق ولكن به جزء أحمر فاتح
وأخر غامق ، فهل من طريقة
لإصلاحه لانتفع به فى
الشتاء

ج - هذا الجاكيت يمكن
إصلاحه بالصباغة ، ولإجراء
هذه العملية يجب عليك أولاً
إزالة لونه غير المتجانس ،
وذلك بالطريقة الآتية :

اشترى مقدار أوقيتين من
مسحوق (بودرة السليخ)
وتباع فى محلات الصباغة
البلدى ثم ضعى مقدار نصف
صفيحة من الماء فى إناء من
الصاج المطلى فوق النار حتى
يغلى ثم أضيفى عليه مقدار
بودرة السليخ وقلبيه بعصا
من الخشب حتى تذوب تماماً
ولاحظى عدم استعمال ملاعق
معدنية أو حديد حتى لا
تتكون بقع صدأ ولهذا
السبب أيضاً كان من
الضرورى استعمال إناء من
الصاج خال من التقشير فى
هذه العملية ، ضعى الجاكيت
فى المحلول السابق بعد إزالة
أى أزرار أو محابس به
ولاحظى أن يكون مغموراً
تماماً بالماء وابدئى بتقليبه
داخل المحلول من آن لآخر
وهو فوق النار حتى يزول
لون الجاكيت تماماً ويضير
أبيض وتستغرق هذه
العملية حوالى ثلث ساعة •
ثم ينزع من الماء ويشطف
عدة مرات بماء دافىء حتى
تزال أثر بودرة السليخ ثم
ابدئى بصباغته كالآتى :

استعملى صبغة (نادكو)
لأنها أحسن أنواع الصبغات
أعدى إناء وضعى فيه مقدار
نصف صفيحة من الماء فوق
النار حتى يغلى ثم خذى مقدار
الصبغة (صبغة نادكو)
وابشريه ثم أذيبه فى قليل



للمية عكمت صبحى

٣ - خذى كمية مناسبة من الخل الابيض (ماركة العنب) ما يكفى لتغطية الثمار ثم ضعيه على النار
٤ - ضعى كمية من البهار الافرنكى (ويباع فى محال البقالة الكبيرة) فى شاشة ضيقة وتربط ثم ضعيها فى الخل واتركيها تغلى مع الخل لمدة ٥ دقائق
٥ - ينزع الخل من على النار وترفع شاشة البهار ويترك ليهدأ قليلا ثم يصب فوق الخضر فى أنية التخليل ولا حظى أن تكون الخضر مغطاة تماما بالخل وتغطى الاوانى وتترك لليوم التالى

٦ - فى اليوم الثانى يصفى الخل من على الخضر فى اناء وارفعيه على النار ليغلى مدة ٥ دقائق ثم ينزع من على النار ويترك ليهدأ قليلا ثم يعاد للخضر وتغطى لليوم الثالث ثم أعيدى العملية فى اليوم الثالث وتغطى الانية ويترك المخل فى مكان جاف حتى تتم عملية التخليل
ملحوظة : ١ - القرنبيط ، والفاصوليا الخضراء تسلق نصف سلق قبل الابتداء فى تخليلها .

٢ - عند تخليل البصل : اختارى البصل الصغير الحجم الصلب وقشريه ثم يغطى بالماء البارد والملح ويترك لمدة ١٢ ساعة . ثم ينشل ويغسل بالماء البارد ثم يخلل بالطريقة السابقة .

صينية الباذنجان الرومى بصلصة الباشاميل

لعمل صلصة الباشاميل

ملعقة كبيرة دقيق
ملعقة كبيرة سمن
رطل لبن أو لبن وبهرين
صفار بيضة واحدة
ملح وفلفل

المقادير :

أقة باذنجان رومى
رطل لحم مفروم
بصلة مفرومة
ملح وفلفل وبهار
عصير ليمونة

الطريقة :

١ - قشرى الباذنجان ثم قطعيه الى قطع صغيرة مناسبة وضعيه مع قليل جدا من الماء وعصير ليمون وارفعيه فوق النار الهادئة واتركيه حتى ينضج وينهري تماما ويتشرب جميع مائه ثم يهرس جيدا بالشوكة أو مرريه من المصفاة لتحصلى بذلك على باذنجان (بيورى) أشبه بالبطاطس البيورى .

٢ - أقدحى قليلا من السمن ثم قلبى الباذنجان البيورى وأضيفى اليه الملح والفلفل واضبطى الطعم

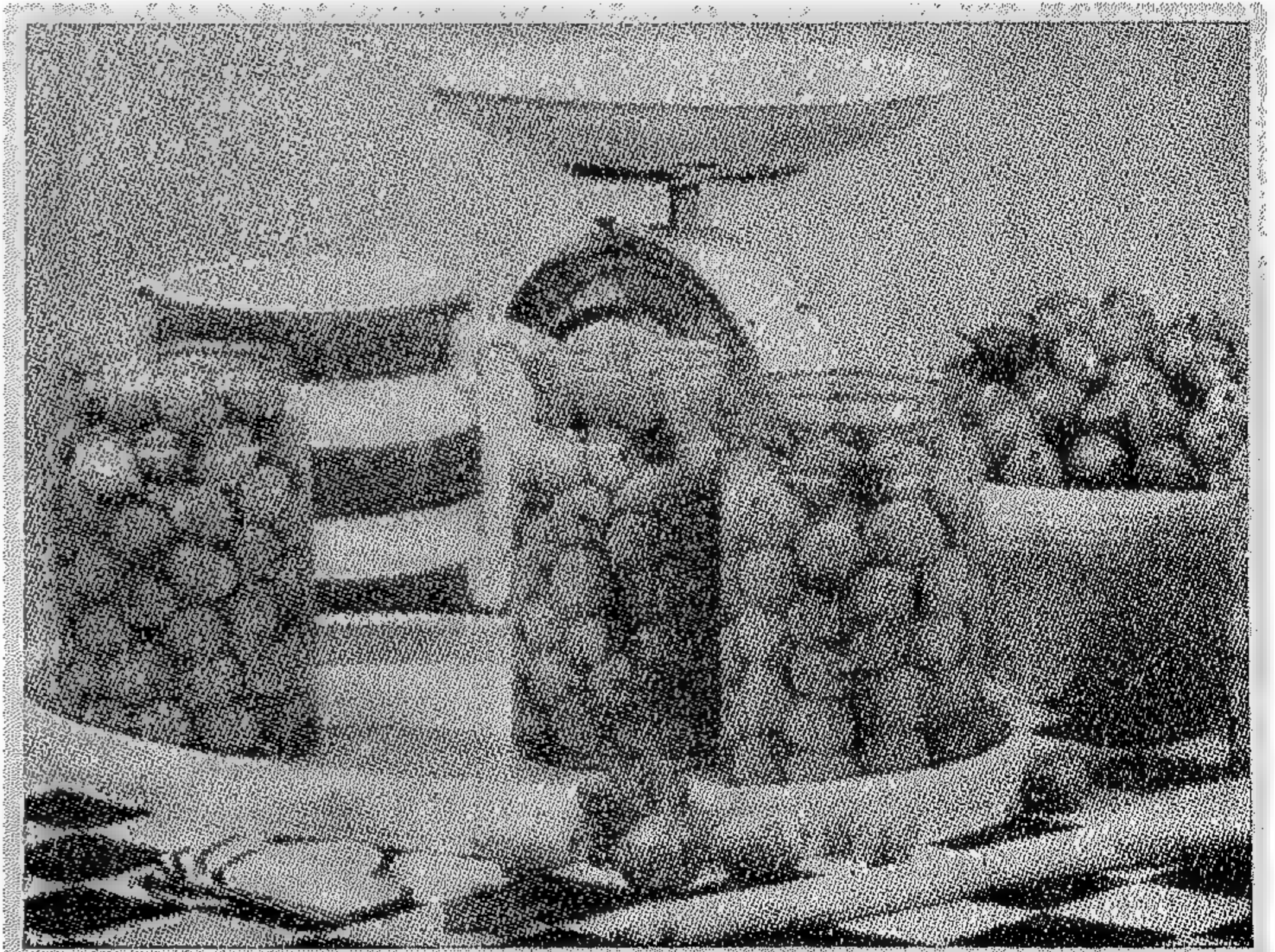


المخلال الافرنكى

يتكون هذا النوع من المخللات من عدة خضر كالجزر واللفت والبصل والخيار والقرنبيط والفلفل ، وتختلف طريقة تخليل هذه الخضر عن الطريقة البلدية المعروفة باضافة بعض البهار الى الخل المستعمل فى التخليل وكذلك على الخل قبل اضافته للخضر .

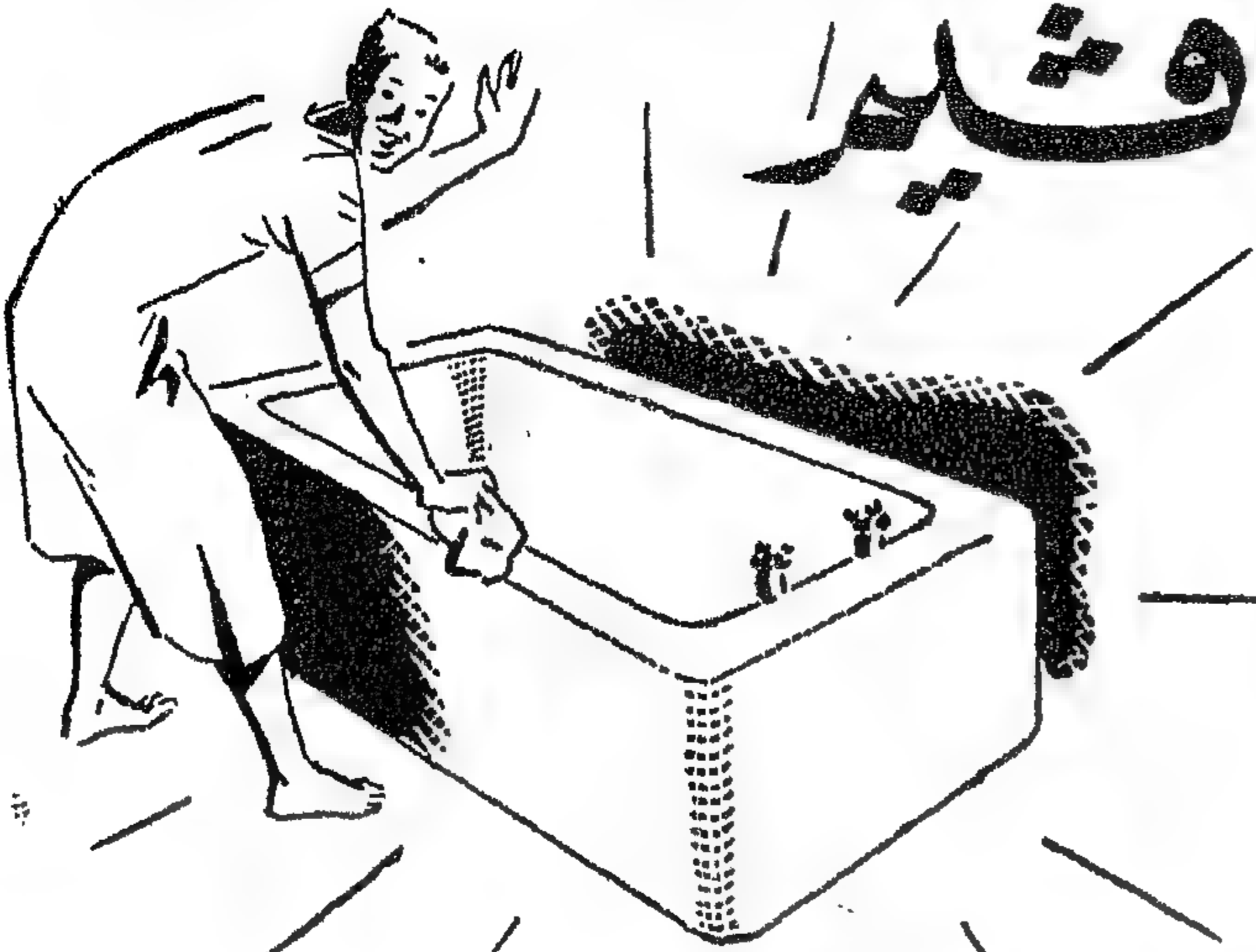
طريقة التخليل :

افرزى الاشياء المراد تخليلها واغسلها جيدا ثم قطعيها الى أجزاء مناسبة ، أما الخيار فيحسن انتخاب الثمار الصغيرة الطازجة وتخلل كاملة بدون تقطيع
٢ - اوزنى الخضر المقطعة المراد تخليلها ثم اخلطيها بكمية من الملح الناعم تساوى ربع وزنها وضعيها فى أنية التخليل واضغطى عليها بثقل واتركيها لمدة تتراوح ما بين ٢٤ و ٣٦ ساعة ، ثم اغسلها فى ماء نقى وضعيها ثانيا فى اوانى التخليل



نظيفة ولا معة بفضل

فشير



لا تَجش كثره الساخ أحواض
الاستحمام إذ أن **فشير**
ينظفها جيداً ويعيد إليها لمعانها
سريعاً، واستعمال **فشير**
في تنظيف جميع أدوات
المطبخ من حلك وأحواض
يجعلها لامعة كالجديدة

فشير
المنظف
السريع
المضمون

استعملوا
فشير
إنه أضمن



- ١ - اعملي العصاج بوضع قليل من السمن في حلة وعندما يتدح أضيفي اليه البصله المفرومة وعندما يصفر لونها أضيفي اللحم حتى يتم التحمير ثم الملح والفلفل والتوابل.
- ٤ - اعملي صلصة الباشاميل : بوضع مقدار ملعقة السمن في حلة فوق نار هادئة حتى تتحلل ثم أضيفي عليها الدقيق ويقلب لمدة دقيقتين مع ملاحظة عدم تغيير لون الدقيق
- ٥ - يرفع بعيداً عن النار وصبي عليه اللبن جزءاً بجزء مع التقليب المستمر حتى ينتهي مقدار اللبن
- ٦ - أعيدى الصلصة على النار الهادئة مع التقليب المستمر حتى تغلي ويستمر في الغليان لمدة ٥ دقائق لينضج الدقيق ويغلظ قوامها وتصير كافية لتغطية ظهر الملعقة ثم تبعد عن النار ويضاف الملح والفلفل ويضبط الطعم .
- ٧ - عندما تهدأ نوعاً يضرب صفار البيض جيداً ويضاف مع التقليب السريع الى الصلصة
- ٨ - ادهني صينية جيداً بالسمن ثم ضعي فيها نصف مقدار الباذنجان البيوريه ويساوى ثم ضعي فوقه طبقة اللحم العصاج ثم باقى مقدار الباذنجان
- ٩ - يصب فوقه صلصة الباشاميل بحيث تكون كافية لتغطية السطح تغطية كافية ثم رشى سطحها بقليل من السمن أو الجبن الرومي المبشورة
- ١٠ - توضع في فرن ساخن لمدة ١٠ دقائق على الأكثر ليحمر الوجه ثم تقدم للاكل ساخنة .

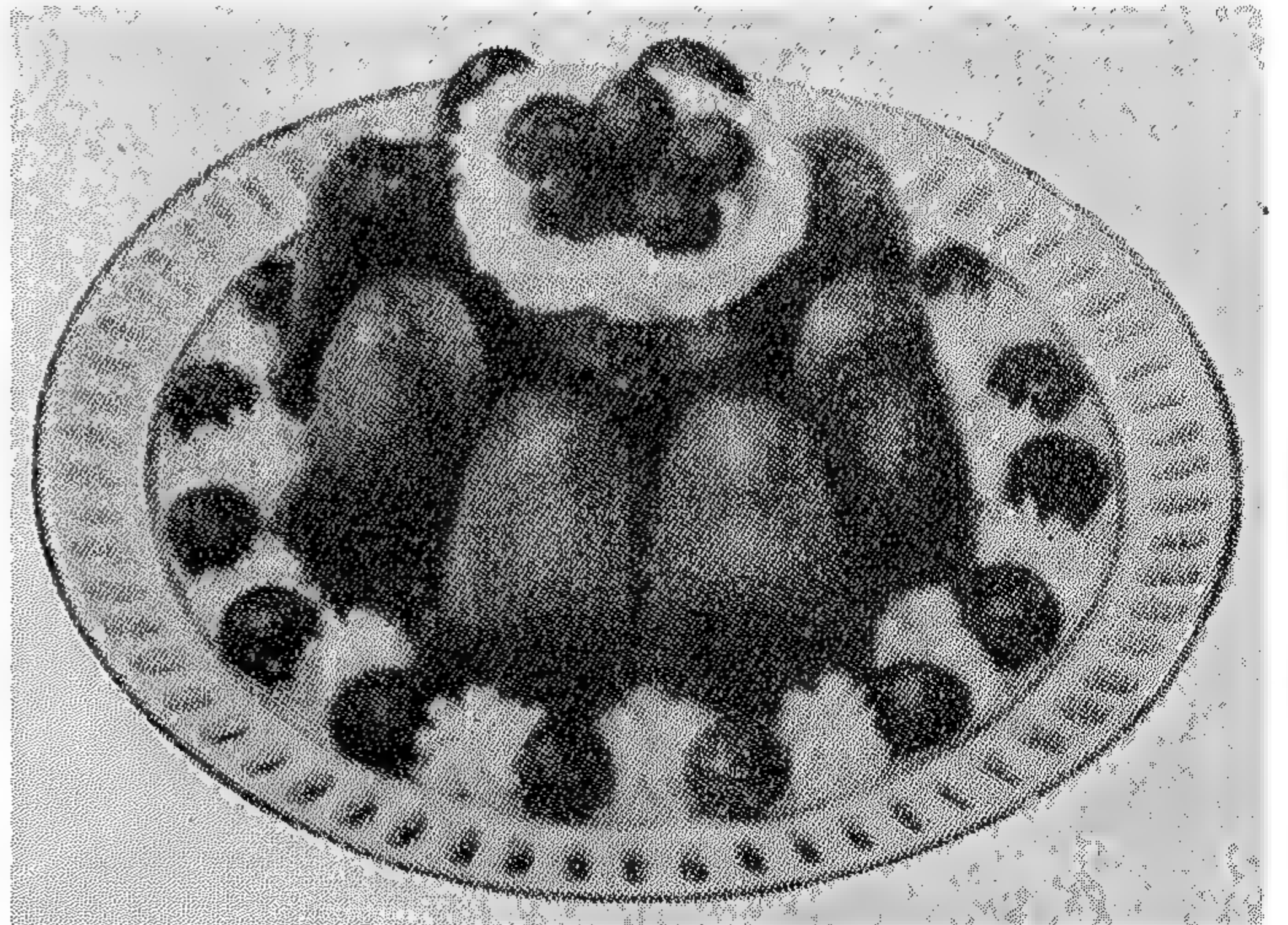
الماضية القهوة بالفواكه

المقادير :

- | | |
|-------------------------|----------------------|
| ملعقتان شوربة كبيرتان | بودرة للتحلية |
| من مسحوق جيلاتين | عصير ليمونة |
| ٣ فناجين شاي قهوة ساخنة | عنب أو كرز محفوظ حسب |
| مصفاة | الرغبة للزخرفة |
| نصف فنجان شاي سكر | كرز لبانى للزخرفة |

الطريقة :

- ١ - أذبي الجيلاتين في مقدار حوالى نصف فنجان شاي من الماء البارد
- ٢ - صفى القهوة من شاشة ضيقة ثم صبيها وهي ساخنة فوق الجيلاتين المحللة وقلبي الجميع حتى تذوب الجيلاتين تماماً .



احجزى نسختك

من

مجلة بنت النيل

شهر نوفمبر - عدد ممتاز

C.V. 14-785

٥٧٢٠٥

- ٣ - أضيفي عصير الليمون والسكر الكافي للتخلية
وامزجي الجميع جيدا واضبطي الطعم
- ٤ - صبي الالماسية في قالب مبلل بالماء البارد ويترك
حول الثلج أو في الثلجة حتى تجمد وتتماسك
- ٥ - ضعي الكريمة اللباني في سلطانية واخفقيها
بالشوكة حتى يغلظ قوامها وتتماسك ثم أضيفي إليها قليلا
من السكر البودرة لتحليتها وضعيها في كيس الحلوى
المركب عليه بلبلة بشكل الورد
- ٦ - عند التقديم تقلب الالماسية في طبق بللوري مسطح
يزخرف حولها بوردات من الكريمة المخفوقة ووحدات من
العنب أو الكريز المحفوظ بعد إزالة بذوره وتقدم كما هو
موضح بالرسم .

شراب الرمان

المقادير :

- ٤ كوب عصير رمان
١ ونصف كيلو سكر
سنترفيش
١ وربع جرام بنزوات
- ٤ كوب
شراب (تشترى من
الاجزخانة)
٣ جرام ملح ليمون لكل ٤
كوب شراب
- الطريقة :

قبل أن تبدئي بعمل هذا الشراب لاحظي أن تكون
الوانى ويداك والفاكهة وكل شيء جافا خاليا من الماء تماما
والا فسد منك الشراب

- ١ - اغسلي الرمان وجففيه جيدا جدا ثم كسريه ويفرط
حباته ثم اعصريه في مصفاة نحاس جيدا ثم صفيه من شاشة
ضيقة الثقوب لتحصلي على عصير رائق خال من الشوائب
- ٢ - يكيل العصير وخذى السكر بالنسب المذكورة أعلاه
- ٣ - أضيفي السكر للعصير في وعاء من الصاج أوالصيني
أو الفخار وغطي الاناء جيدا واتركيه لليوم الثاني مع ملاحظة
تقليبه من آن لآخر حتى يذوب السكر .

٤ - صفى العصير من شاشة ضيقة للتخلص من قذارة
السكر ثم يكيل العصير لمعرفة ما يلزم من البنزوات وملح
الليمون

٥ - خذى لكل ٤ كوب من الشراب مقدار ١ وربع جرام
بنزوات صوديوم مذابة في قليل جدا من الماء المغلي ثم أضيفيه
للشراب ويقلب جيدا

٦ - أذيني ملح الليمون في قليل جدا من الماء المغلي حوالى
نصف فنجان قهوة ويضاف للشراب السابق ويقلب جيدا

٧ - يعبأ في الزجاجات الجافة ويحكم غطاؤها جيدا .



بفضل

براسو



★ مسكن نظيف
لامع باستعماله

الورنيش الصمغى
للأرضية والباركيه
والاثاث والمشمع

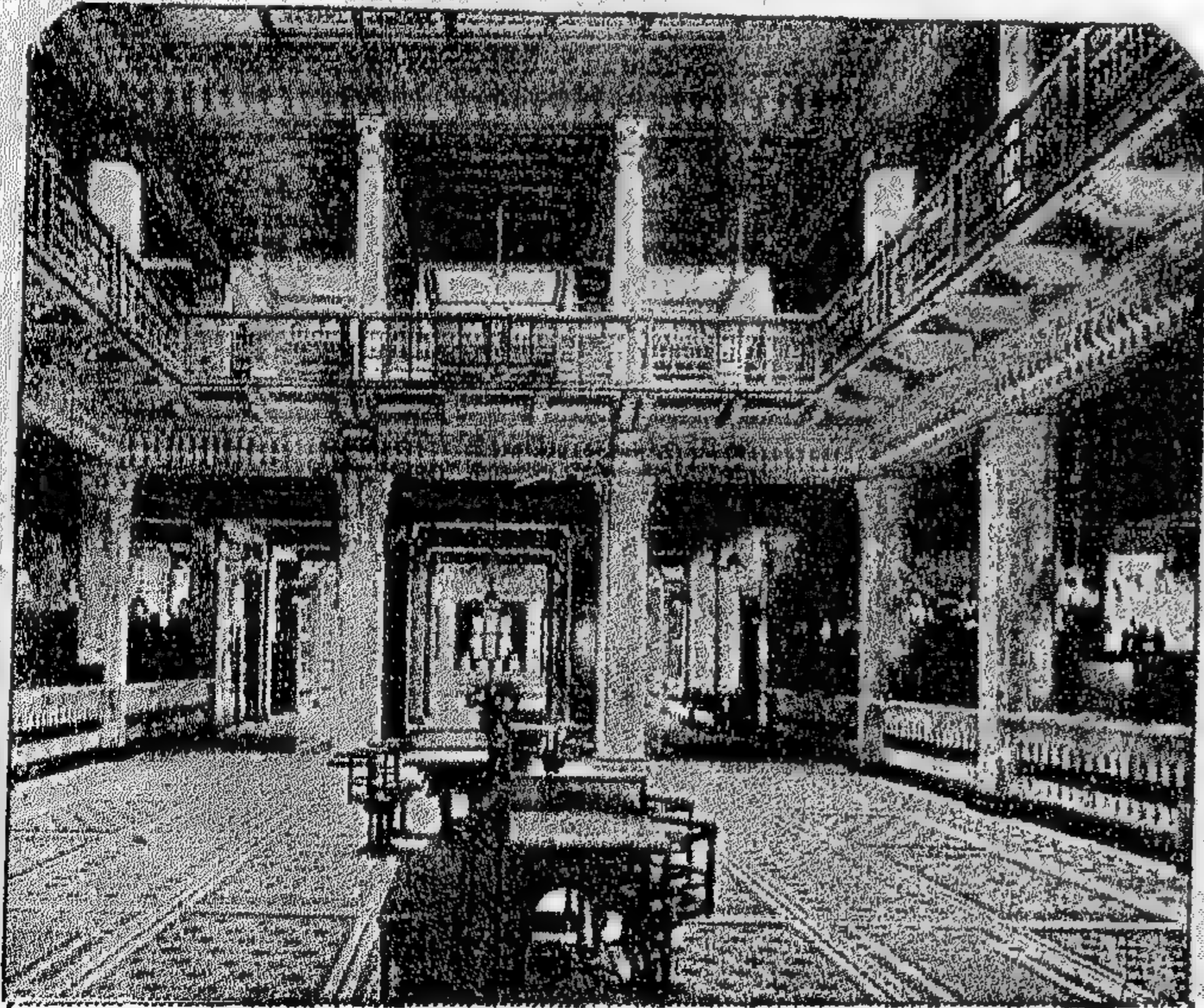
ورنيش مانيشون

تحذير من ببسى كولا

جاءنا من الشركة الوطنية المصرية لتعبئة الزجاجات ما يأتي :
نود أن نعلن للرأى العام ولجمهور العملاء والمستهلكين
ان ذلك الصمت الذى التزمته الشركة حتى الان ازاء تلك
الحملة التى كان يقصد بها الاساءة الى منتجات الشركة - لم
يكن الغرض منها الا تهيئة الفرصة الكافية للجهات الرسمية
المسئولة باجراء جميع الابحاث والتحليل .

وقد نفت شهادات التحليل الرسمية الصادرة من وزارة
الصحة بقوة وبشكل قاطع جميع الاشاعات التى افتريت
علينا ، والادعاءات المغرضة التى وجهت الى انتاج الشركة
والان ، وقد وضعت بيانات الهيئات الرسمية المسئولة
حدا لكل هذا ، تعلن الشركة بأنها ستتخذ جميع الاجراءات
القانونية اللازمة ضد جميع من تولوا قيادة هذه الحملة التى
كان الغرض منها الاساءة الى سمعة منتجات الشركة ، كما
ستتخذ نفس الاجراءات ضد كل من تساوره نفسه - من
جديد - نشر أى دعاية ترمى الى التشكيك فى نقاوة انتاجها
وشرايها .

أما فيما يتعلق بمادة (الببسى) فاننا نقرر انه ليس
لهذه المادة أية علاقة بانتاجنا المسمى (ببسى كولا) كما
نقرر ان كلمة (ببسى) مشتقة من كلمة (بب P.E.P.)
التي معناها باللغة الامريكية الدارجة القوة والحيوية وهما
رمزا انتاجنا . الشركة الوطنية المصرية لتعبئة الزجاجات
شركة مساهمة مصرية



س. ت. ٩

بنك مصر

البناء الذى رفعت العزة المصرية
وعامتها فى الاستقلال الاقتصادى
مؤسس شركاتها القومية

منشئ الصناعات الكبرى
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية
مزروعة بعواصم المديريات ومدنها الكبرى
وكلاؤه ومراسلوه فى كل بلاد الخارج

طعام فى أكتوبر

الاثنين ٨ أكتوبر

عدس مطبوخ بالارز ،
بادنجان مخلل بالثوم
والكرفس ، فاكهة

الثلاثاء ٩ أكتوبر

لحم بالدمعة ، طبق محاشى
منوعة ، مخلل ، فاكهة

الأربعاء ١٠ أكتوبر

صينية القرع المحشو
بصلصة الباشمل ، أرز
مفلفل ، سلطة خضر ،
فاكهة

الخميس ١١ أكتوبر

طعمية ، سلطة طماطم ،
فاكهة

الجمعة ١٢ أكتوبر

أرانب محمرة ، ملوخية
خضراء ، أرز مفلفل ،
سلطة بنجر ، فاكهة

السبت ١٣ أكتوبر

مسقعة بادنجان بدون
لحم ، أرز بشعرية ،
سلطة زبادى ، فاكهة

الأحد ١٤ أكتوبر

باميا ويكه ، أرز مفلفل ،
سلطة طماطم ، فاكهة

الاثنين ١٥ أكتوبر

فول نابت مقلى ، أرز
مفلفل ، سلطة خضار ،
فاكهة

الاثنين أول أكتوبر

بصارة ، مخلل ، فاكهة

الثلاثاء ٢ أكتوبر

كفته بالدمعة ، محاشى
منوعة ، سلطة زبادى ،
فاكهة

الأربعاء ٣ أكتوبر

قرع مكمر ، أرز مفلفل ،
سلطة خضر ، فاكهة

الخميس ٤ أكتوبر

صينية بطاطس فى الفرن
أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الجمعة ٥ أكتوبر

سمك مقلى ، كزبرية
سمك ، سلطة طحينة ،
فاكهة

السبت ٦ أكتوبر

صينية بادنجان بصلصة
الباشميل ، مكرونة
بصلصة الطماطم ، سلطة
بابا غنوج ، فاكهة

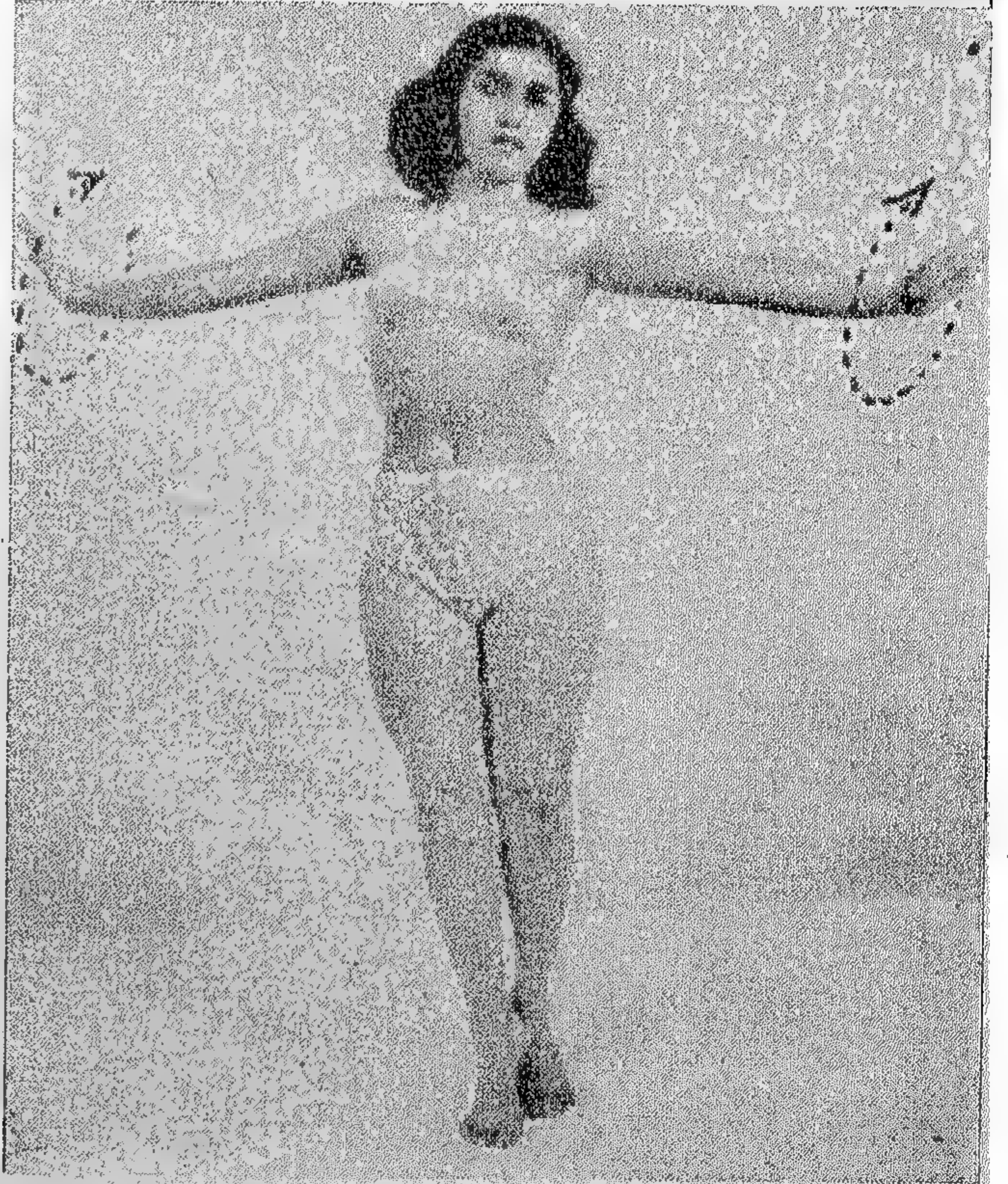
الأحد ٧ أكتوبر

فاصوليا مكمرة ، أرز
مفلفل ، سلطة زبادى ،
فاكهة

هل تريد خيرا؟

التمرين الاول

ضعي راحتي يديك على
الارض أمام قدميك •
وارفعي إحدى الساقين الى
الخلف وتقدمي يديك
وبساقك الواحدة • اليدين
أولا ثم الساق • ١٥ مرة ثم
غيري القدم •



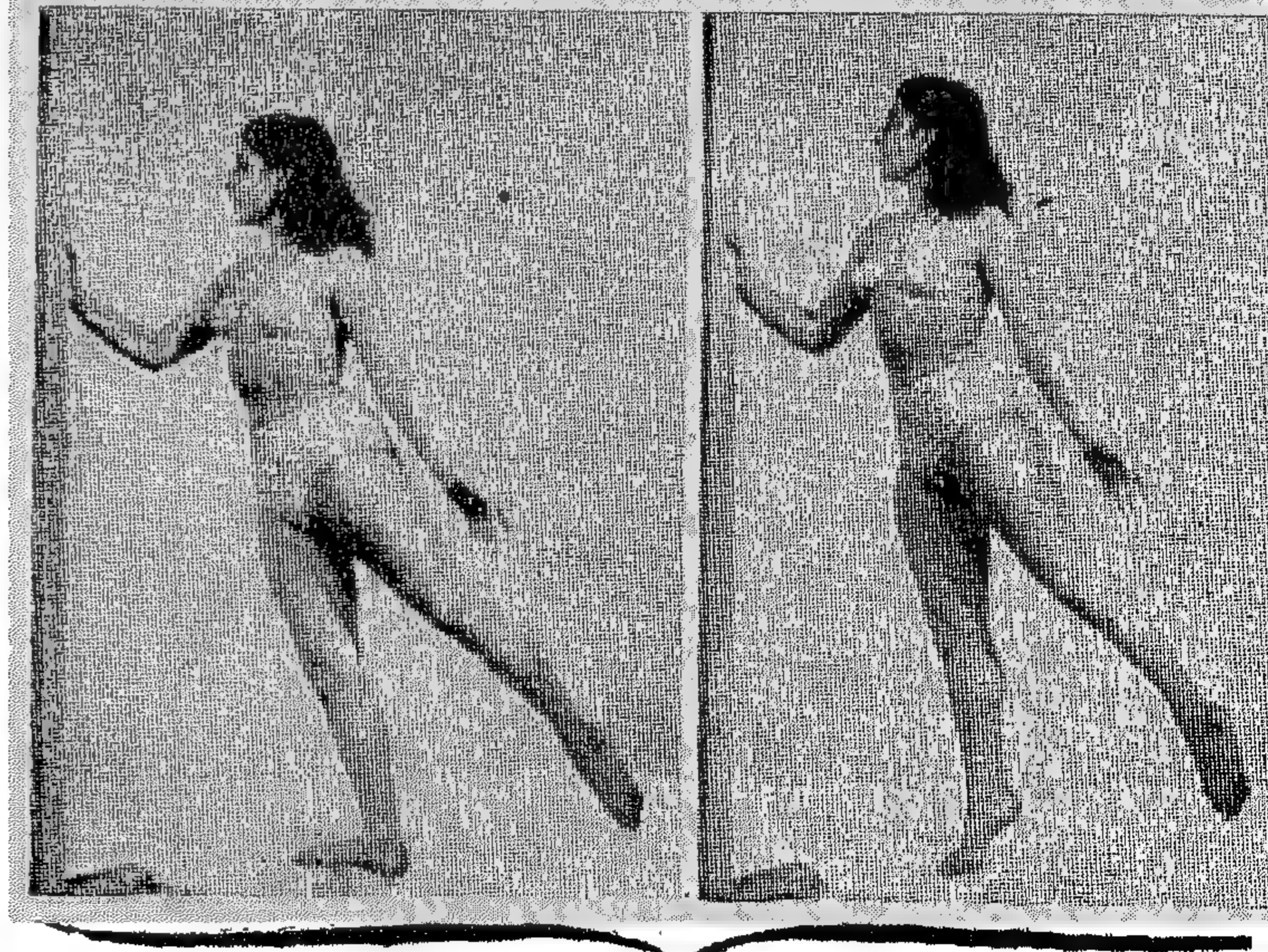
التمرين الثاني

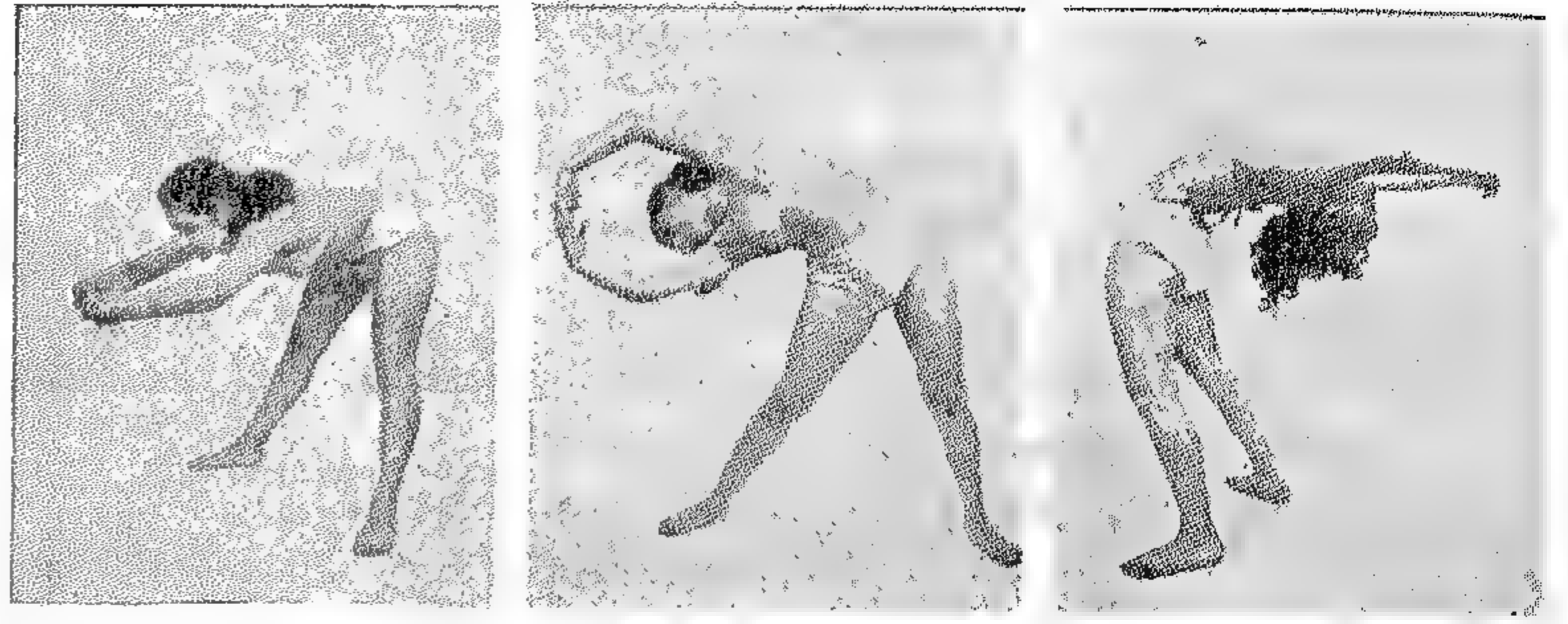
قفي معتدلة وافردى
ذراعيك الى الجانبين ،
ارسمي بهما دوائر صغيرة
بطرف الاصابع مع شد
الذراعين جيدا ورميهما الى
الوراء قليلا ، قومي برسم
هذه الدوائر ٥ مرة •



التمرين الثالث

اسندي إحدى يديك الى
قطعة من الأثاث أو الى حائط
قفي على أصابع قدم واحدة
وارفعي القدم الأخرى الى أعلى
أعدي التمرين من ١٥ الى
٢٠ مرة لكل قدم •





التمرين الرابع

قفى معتدلة ، ثم افتحي
ساقيك وشبكى أصابع يديك
فوق رأسك وبحركة دائرية
اخفضي الجذع جهة اليسار ثم
الى الامام اصعدى من الجهة
اليمنى • استمرى هكذا ١٠
مرات ثم اعكسى الاتجاه •



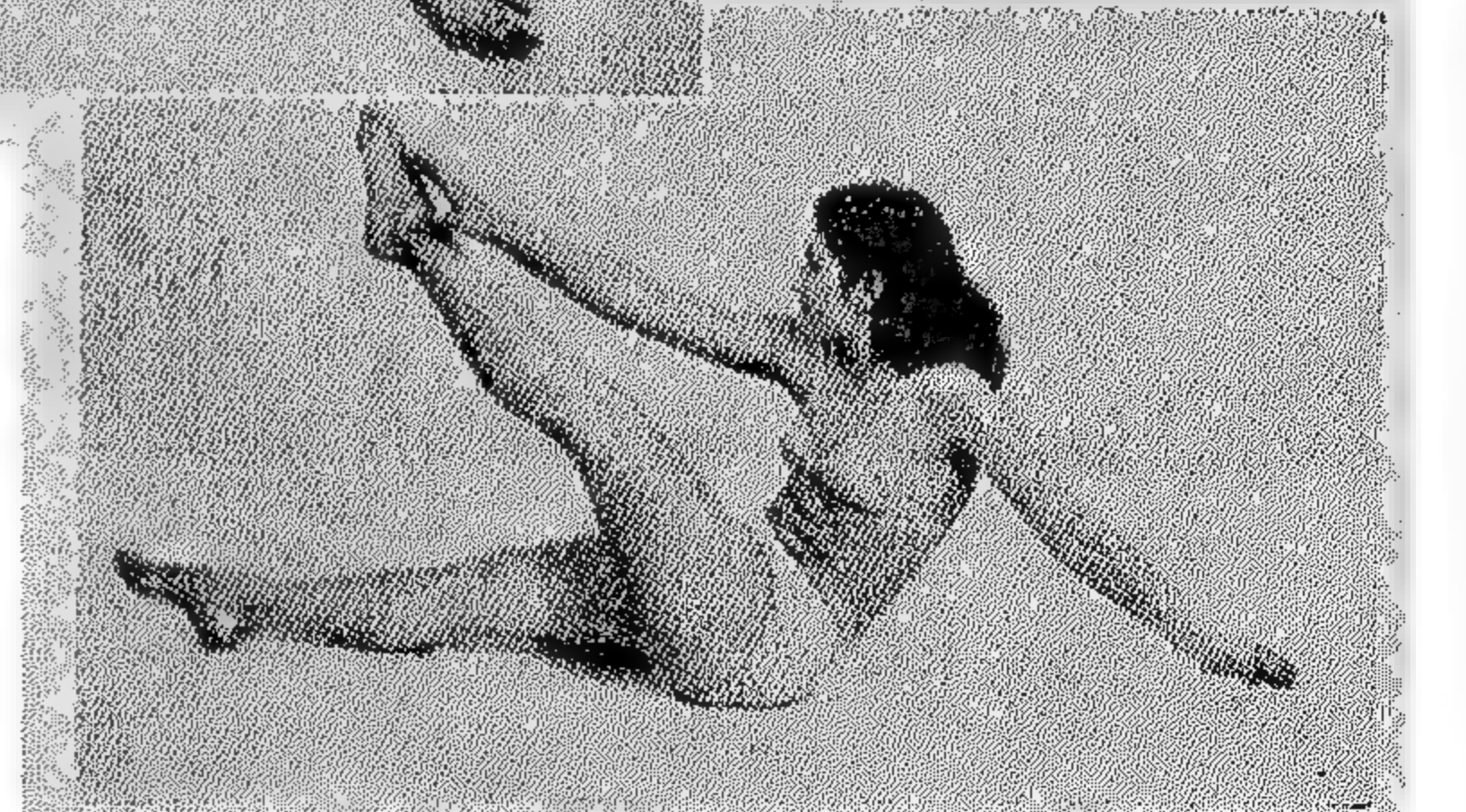
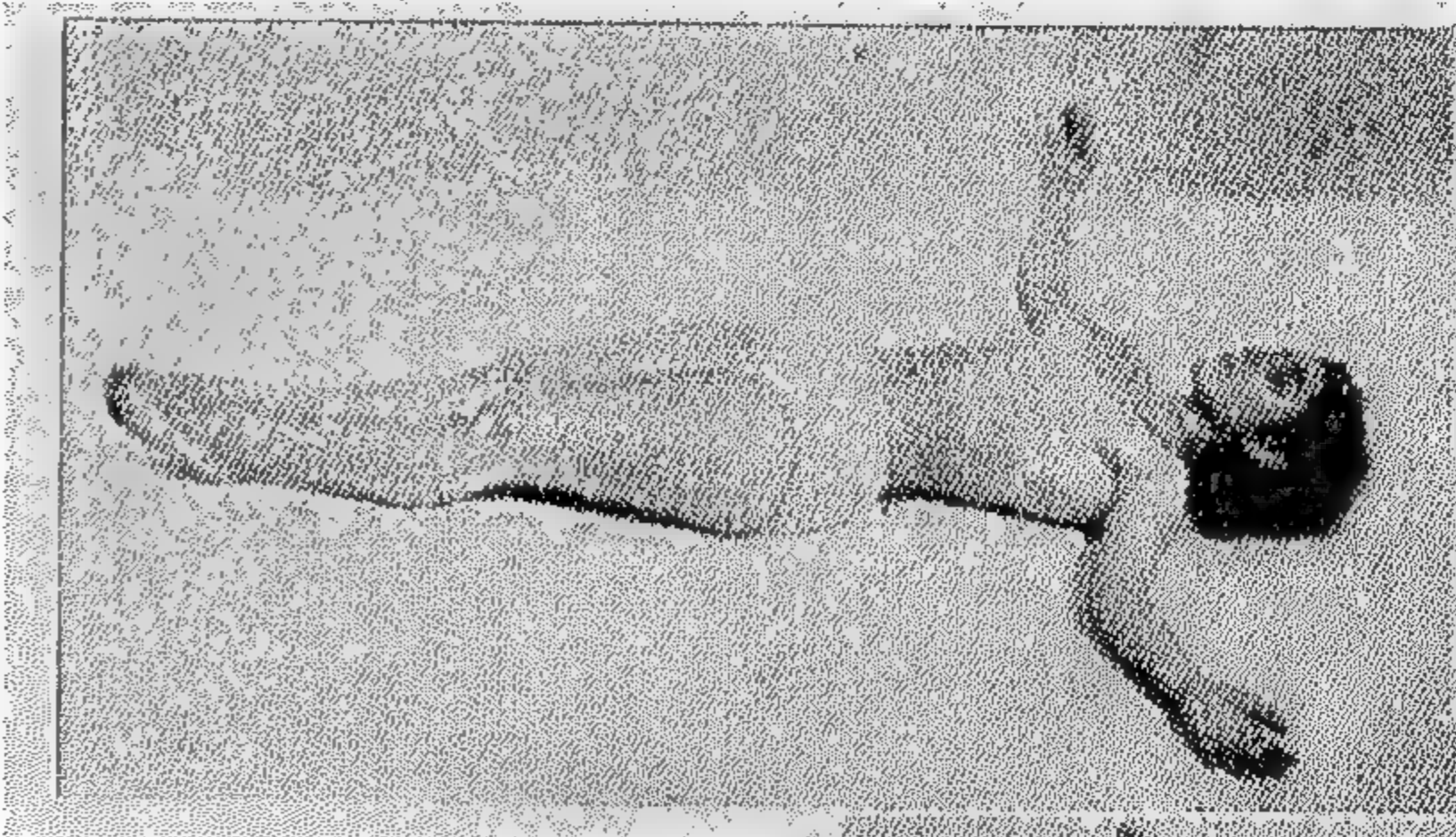
التمرين الخامس

اجلسى على الارض • انثى
الساق اليسرى ثم الساق
اليمنى مع لمس الكتف اليمنى
بالساق اليسرى • قومي
بحركة لف الجذع مع ثنيه
على الساق • كررى التمرين
من عشرين الى خمس وعشرين
مرة •



التمرين السادس

استلقى على ظهرك مع فرد الذراعين وشدهما
الى الجانبين • ارفعى بسرعة ظهرك من على الارض
مع الذراعين وساق واحدة وحاولى لمس الساق
اليسرى المرفوعة باليد اليمنى • عودى الى وضعك
الاول وابدئى بالساق الاخرى • كررى التمرين
من ١٥ الى ٢٠ مرة •



بيان هام

معهد السيدات للرياضة
تدليك .. رياضية .. حمامات بخار

٢٦ شارع حسن صبرى باشا بالزمالك
بجوار محطة شل مباشرة

- ان تمريناتنا الرياضية الحديثة البسيطة تحقق حلمك وتهبك الرشاقة المنشودة والصحة المأمولة والحيوية المدهشة المتدفقة بفضل اخصائية حاصلة على دبلوم المعهد العالى للتربية البدنية •
- كذلك بفضل التدليك الطبى الفنى ستنالين الاعجاب فى كل مكان وتشعرين بالنشاط وبالحياء من جديد وتتيقظ الخلايا التى يميتهما الخمول وعدم الحركة التى تحتمها المدنية على بعض السيدات أحيانا •
- كما تفعل حمامات البخار فعل المسحور فى ازالة الشحم والروماتزم

الاسعار

١٥٠	١٢	حصلة ألعاب بدنية خلال الشهر
٣٠ - ٥٠		تدليك طبى للجسم كله أو للنصف
٣٠ - ٢٠		حمام بخار كامل أو نصفى
		علاج تشوهات الجسم يتفق عليها مع المديرة
		قسم خاص للاطفال بأسعار معتدلة
		(المعهد خاص بالسيدات فقط)
		المواعيد من ٨ الى ١ ظهرا ومن ٤ الى ٦ مساء



مذكراتي

سيدى
أبعث اليك بهذه الرسالة ، انها ليست قصة ، وانما هي حكاية كل يوم ، أبطالها وحوادثها ، هم هم ، وان اختلفت الوجوه ، وتغيرت الاسماء .
أما حوادثها ، فهي نفسها التى تحدث لهؤلاء المئات ، بل الالاف من الابطال ، أبطال القصة .
ومن المؤسف حقا ، أن يكون هؤلاء الابطال هم عرائس اليوم ، شبابات وشباننا ، ومن المؤلم حقا أن تنتهى حوادث هذه الحكاية دائما ، بالحل السهل المعروف ، وهو الطلاق .
لقد تمكنت ياسيدى ، أن أختتم حكايتى بخاتمة سعيدة ، فتغلبت على مشكلتى ، وقدت سفينتى الى شاطئ هادى جميل .
السيدة ل . م - حلوان

أعرف بعد ذلك ، كيف عدت ولماذا عدت
كانت فترة قاسية لم يسبق لى أن جزت مثلها ، غالبت فيها حقد قلبى ، ومحوت فيها سواد عقلى
لقد كان قلبى يغلى ، وكاد عقلى ينفجر . كانت حياتى فى تلك الفترة ترقص على كف شيطان .. شيطان مخرب أثيم
لقد كنت على وشك أن أشعل فى بيتى نارا ... البيت الذى بيدى بنيت ، وكنت على وشك أن أبطش بالعش الجميل .. وأطير ولكن .. كم تحملت وقتذاك ، لاغالب الشيطان ، لقد حاولت ، وتغلبت ، وانتصرت .
ما ألد الكفاح ... وما أشهى الانتصار
لقد تغلبت ثقافة المرأة على بدائيتها الكامنة ... الغيرة ، الحسد ، الحقد ، الانانية .

لقد خلوت الى نفسى ، وطهرت قلبى وعقلى ، وطردت الاشباح والاوهام . قلت لنفسى : انه شاب ،

كان عمله فى الصباح ، لا يتعدى محاضرة واحدة فى الكلية ، ثم ساعتين فى عمل آخر بعد الظهر . وعلى هذا ، لم يكن هناك ما يدعسو الى تغيبه ، على الاقل عن موعد الغداء .
لقد كان رقيقا جدا ، فكان يعتذر لى دائما عن سبب تخلفه لاعمال خاصة بالكلية ولم يداخلنى ، وقتذاك ، أدنى شك ، حتى .. كان ذات يوم ، من اليومين اللذين تعود أن يتغيب فيهما ، رأيت .. وبالهول ما رأيت ...
لقد كنت عائدة الى منزلى وكنت على وشك أن أعبر الشارع لالحق بالترام فى الجهة الاخرى ، وأضيت فجأة شارة المرور الخضراء ، فتوقفت ، وانثالت مواكب السيارات كقطيع الغنم ، لست أدري ما الذى حدث بعد ذلك ، لقد وجدت نفسى أتهالك على عمود النور ، والدنيا تدور بين عيني دوارا مرعبا .
لم أذكر شيئا .. الا أنني قد رأيت هو .. زوجى .. نعم زوجى ، يقود سيارته وبجانبه .. امرأة أخرى .. عدت الى البيت ، ولم

أنه الرجل الكامل ، الذى اذا أقدم يعرف أين يضع قدمه .
لقد تزوجته ، وأنا واثقة من أنه تزوج ، لا ليملأ فراغ حياته بامرأة ، كما يفعل معظم الناس ، أو ليملك فقط من تقوم على تصريف شئونه وانما كنت أعرف تماما ، اننى كنت أيضا ، تلك التى كان يهفو اليها قلبه
لقد سعى الى بكل قواه ، حتى صرت له ، ثم مر على زواجى به شهران ... شهران فقط ، لم أشعر فى حياتى قط انى سعدت فيها مرة واحدة مثلما سعدت معه ، لقد كانت الدموع تطفر من عيني ، كلما ركعت الى الله أحمدته على ما وهبت وعلى الرغم من كل هذه السعادة .. كانت هناك سحابة رقيقة تظلل أحيانا سمائى الصافية .
لقد كان يخرج فى الصباح ولا يعود الا مع المساء ولم يكن يحدث هذا أيضا فى كل أيام الاسبوع ، وانما فى يومين فقط .. فى يومين معينين بالذات .
لقد كنت أعرف طبيعة عمله ، وهذا ما أقلقنى .

لقد وصلتنا هذه الرسالة ونشكر صاحبها ، اذ أتاحت لنا فرصة تدبر علاج مشكلة من أخطر مشاكلنا الاجتماعية وأكثرها شيوعا . هذه المشكلة التى نعرضها اليوم ، ينتج عنها دائما الالاف من حوادث الطلاق .
وبهمنا الان أن نعرض المشكلة وسوف لا ننشر فى هذا العدد الجزء الخاص بحل هذه المشكلة ، وانما سوف ننشره فى العدد القادم ضمن الحلول والآراء المختلفة التى نرجو من قرائنا المساهمة فيها ..
اننا نريد جميعا أن نشترك فى حل هذه المشكلة وأن نتدبر ظروفها ، ونتفهم حوادثها ، حتى نصل الى الطريقة العملية التى يمكن أن نصل بها الى الخاتمة السعيدة ، لا الى الخاتمة البشعة الرهيبة .. الطلاق .. الطلاق .

هذه هي الرسالة ، ولندع صاحبها تتحدث :
لم أكن أتخيل حينما تزوجته ، أن سيكون فى حياته امرأة .. امرأة أخرى . لقد تزوجته ، وأنا واثقة

ولكل شباب ماضٍ • والماضي ليس ملكي
وزوجي شباب ، وظهر أن له ماضيا ، ولا بد أن كانت في حياته امرأة •

وقد يطلب الرجل الزواج وهو مشدود الى امرأة • مشدود اليها بحب لا أمل فيه • أو أن يهرب الرجل الى الزواج ، من علاقة قديمة طويلة ، يشوبها الاضطراب ، والخوف ، وتوقع الفضيحة • واذن يقدم الرجل على الزواج ، لأنه ينشد الاستقرار ، ولأنه يطلب الحياة الهادئة الامنة ، المثمرة •

واذن من الصعب جدا ، أن نلزم الرجل ، بأن يقطع صلاته بماضييه في الحال بمجرد أن يتزوج • أو أن نجبره في يوم وليلة ، أن يهجر عالمه السابق • واذن لا بد له من بعض الوقت حتى يتحلل من ماضيه ، وحتى يغيب بين ثنايا تاريخ حياته الطويل •

لقد تأملت كل هذا ، فكان على أن أتدبر ، وأن أكتشف ، وأن أعالج ، وأن أظفر • • كان على أن أكافح لأظفر برجلي ، لأن يكون لي وحدي

لم أحاول قط ، أن يعرف انني رأيتها ، ولذلك لم أتغير ، بل زدت له مرحا ، ورقة ، وحبا •

ومر شهر ، لم أصل فيه الى حل

وفي ذات صباح ، كنت أساعده في ارتداء ملابسه ، وأخرج هو حافظته ليعطيني نقودا ، وسقطت ورقة • •

التقطتها ، ولم أحاول أن أقرأها ، وإنما ارتعدت ، وارتجفت ، ولاحظت أن لونه شحوب •

لقد لمحت في الورقة سطرين • • سطرين فقط • • وقبلة مطبوعة حمراء • •

لم أجد شيئا دل على انني لاحظت ، وإنما هممت أن أطرق موضوعا ، أي موضوع

ولكنه تجاعل كلماتي ، واغتصب ابتساما ، وهو ينشر الورقة بين أنامله ويقول :

شفت ياسنية ، الرسالة الجريئة دي ، لقد عثرت عليها في كتاب من كتبي ، كانت احدي طالباتي استعارته مني ، وردته

وأبديت دهشتي ، وتضاحكنا واعتبرناها سخافة كبرى تصدر عن طالبة ، وقبلت وقتئذ ، على نفسي أن أبدو أمامه بالغفلة الكبرى ، العريضة في الغفلة • لقد كنت واثقة أن تلك الرسالة ليست لطالبة ، ولكنها ، منها هي • • هي • • المرأة الاخرى •

ولكني مع ذلك ، تغافلت وتغابيت ، وانتظرت ما سوف تحمله الايام لي • ومضى أسبوع • •

مضى كأحسن ما يمكن أن يمضي • أسبوع معبق بأريج الحب ، والعاطفة المشبوبة •

ولكن • • في ومضات سريعة ، وأنا في أسعد لحظاتي معه ، كانت تغشي عيني غلالة رقيقة من الحزن حينما أتخيله في نفس الموقف معها • • مع المرأة الاخرى

ولكني • مع ذلك ، كنت أمزق هذه الغلالة الرقيقة من الحزن ، ولا أجعلها تخفي سعادتي أكثر من ومضة سريعة •

وفي نهاية الاسبوع ، كنت قد اتفقت معه على أن أذهب الى مكتبه بعد الظهر ، حيث نذهب بعد قضاء عمله لنمضي السهرة •

وحينما دق التليفون ، كنت أجلس الى جوار مكتبه ، أعبت بصفحات مجلة • وأمسك هو بالسמاعة ، فلاحظت بطرف عيني ، أن قد غشاه بعض الاضطراب ثم أجاب بأنه (مش موجود) ، ثم ألقى بالسמاعة •

ومضت دقيقتان في صمت مطبق ، خلتها دهرًا • ودق التليفون مرة ثانية ،

وسحب يده على السماعة في ثقل ، وكأنه يدفع بها الى النار ، ورفعها بعد أن سحب شهيقا طويلا ، وحينئذ ،

رأيت وجها آخر غير وجه زوجي ، فلم أعهد أنه تغير بمثل ما رأيت ، لم يتكلم ، ولم يتحرك ، ولم أشعره بأنني أراقب حركاته ، ولكني سمعت صوتا نسائيا صاخبا ، كاد يمزق التليفون ورأيتة يلقي بالسמاعة في مدو • وبده عليها لا تزال ترتعش ، ولاحظت أنه كان يتجنب النظر الى ، ولكني صوبت اليه طرف بصري ، فتلاقت نظراتنا ، نظرتة الحائرة الوجلة ، ونظرتي البلهاء ، الساذجة في تعمد •

لقد حاول أن ينتزع من فمه ابتساما ، ولكنها كانت ابتساما هزيلة صادرة من زاوية فمه المرتعش • •

وحاولت أنا أن أسري عنه وأن أزيل عن نفسه الشك في أنني قد لاحظت ، حاولت أن أسري عنه بأي شيء ، ولم تسعفني الكلمات ، ووجدتني أنهض ولكن في شيء من الضيق ، وأن أطلب منه في رفق ، أن يعفي نفسه من العمل ، وأن نذهب حيث نشاهد الغروب من شرفة (سميراميس) •

وكانه قد وجد في اقتراحي مهربا لاضطرابه المفاجيء ، فانتزع نفسه من مكتبه انتزاعا ، وأبدى ارتياحه للفكرة الصائبة ، وحاول أن يوهمني بأن ، صداعا مفاجئا قد ألم به •

وتلطف فأخذ ذراعي بين يديه ، ومرقنا من الباب سويا ، حتى بلغنا باب الردهة الخارجي •

وحينما كنا على وشك أن نخطو خطوة أخرى ، وجدت سيدة تمرق من الباب كالسهم الطائش ، وتقف فجأة أمامنا • ولم أتبين وقتئذ ملامحها خلال ثورتها المندلعة ، المشتعلة •

لقد وقف هو وتسمر في مكانه ، وتشبث بذراعي وهو يضغط عليه ضغطا آلمني كأنه يستمد منه بعض القوة •

ورأيتها تقذف في وجهه الكلمات كأنها قنابل مدوية ولم تكن الكلمات أيضا مما يستهي رجل سماعها • كانت كلمات محفوظة من قاموس جديد في الخيانة ، والغدر ، والخديعة • •

ووجدت الارض تدور بي حين قذفته بجملته الآتني :

- بقى علشان (الهانم) دي كنت بتنكر وجودك •

- بقى (الهانم) دي السبب الى خلتك الايام دي تخلف وعودك !!؟

كان الموقف حرجا وعصيبا وكاد يغمي عليه ، ووجدته ينهار فجأة ، وتسمر عيناه ، وينعقد لسانه في فمه ، كأنه تمثال •

ووجدت أنا الكلمات تنحشرج في فمي ، ويجف حلقى ، ولكن جملتها الاخيرة أثارت أعصابي وحلت عقدة لساني • قلت لها :

- لا ياهانم ، أنت مخطئة هو ما أنكرش وجوده علشانى ولكن علشانك أنت • • أحب تعرفى انى أنا • • أنا زوجته لقد كان ردى هو الماء البارد الذى سكبته على النار المشتعلة •

ووجدتها ، تنهار انهيارا مفاجئا ، وتتهالك على أقرب



أن يزيل غموض الموقف
فعرفني بها
كانت سيدة بارعة الجمال
كاملة الانوثة ، ومن بيت
كبير .

لقد غفرت لنفسى سوء
ظنى .

ثم . . . أردت أن أسدل
الستار على هذا الفصل
القاتم ، ونفر جميعا الى مكان
ما .

وخرجنا جميعا ، وأرادت
هى أن . .

والى هنا نمسك عن نشر
باقي القصة ، حيث تحدثنا
صاحبتها عن طريقة علاجها
للمشكلة .

ونحن نرجو من قارئتنا
أن يساهمن فى اتمام القصة
وأن يوافيننا برأيهن حتى
يتاح نشرها فى العدد
القادم مع بقية القصة .

والى اللقاء

محمد عبد الرحمن

أكثر مما تطيق ، وخفت أن
ينفلت منى زمام الموقف ،
فأزيد من سواد المنظر ،
وأنتهى المسرحية بمأساة
دامية .

وقامت هى تتحامل على
نفسها فى تخاذل ، وتجبر
وراءها أذيال الذل ،
والانكسار ، والاسى .

ولاول مرة فى حياتى ،
شعرت بذل الانكسار فى
قلب امرأة .

ولاول مرة فى حياتى ،
أحسست مرارة الفشل ،
لحب امرأة .

وتجاوب قلب المرأة .
وارتجت أركان قلبى لمحنة
امرأة .

وشعرت أن قلبى يتمزق
وأن كل عواطفى قد انقلبت
نحوها .

ولربما قد شعر هو بما
اعتمل فى قلبى ، فاسترد
جأشه ، ثم استسمحنى فى

منعد ، ثم تجهش ببكاء مرير
تحول الى تشنج عصبى .
وكان بكاءها قد جعله
يثوب الى رشده ، وكأنه قد
طمأنه من شر مستطير .
واستدار نحوى ، ووجدت
كلمات الاعتذار لى تتكسر على
شفتيه فى خجل مزرى .

لقد كان الموقف حرجا
فعلا بالنسبة لنا جميعا .
وهالنى منظر تلك الجثة
المتخشب الملقاة أمامى .
فأخرجت من حقيبتى زجاجة
عطرى ، ودفعته ليحضر كوبه
ماء ، وتعاوننا فى مساعدتها
لتفريق

وأفاقت المسكينة بعد جهد
من اغماءتها القاتلة ، ثم
أخذت تهذى بكلمات متكسرة
ذليلة ، فهمت منها أنها تعتذر
لقد كانت الدموع الغزيرة
تتلاحق على خديها .

وكلفت أنسا نفسى
الابتسام ، وحملت أعصابى

أهتدأ
فصل الشتاء

فاتن تاثيرات
بلاطى الروان

الأجور

٨٠ فسات
٢٥٠ تاير
٣٥٠ " من البطان
٢٥٠ بالبط
٢٥٠ " من البطان

استام
بعد
السبع

مراعى
وقبلة

عناية
فائقة

مشحون
أزياء مصر الحديثة
لا تبيع سوى ما تشاء من ملابس
مصرية فاخرة



حتمًا...!

مهاقورت الأسعار
فأسعارنا هى الأقل

شركة بيع لمصنوعات لمصرية
مؤسسة بنك مصر الكبرى

استعداد كامل

بمناسبة العودة الى المدارس

بأسعار فى سناول الجميع

المركز الرئيسى : ٢ شارع فؤاد الاول بالقاهرة - وفروعها بالقاهرة وجميع عواصم ومصرف القطر

خبرهم كل سيدة...

يسرنا ان نكتب، نبذة صغيرة عن احدى المشروعات الجليلة التي تفيد المجتمع عامة والسيدات خاصة وهو مشروع تأسس على معلومات مدققة وبوسائل نافعة مضمونة النتائج. فقد أعلنت شركة فيليبس عن رغبتها في ان تتبنى مشروعاً موثقاً به وبالعاملين فيه ومن ثم درست مواضيع متباينة اختارت من بينها معهداً في حي الزمالك بشارع حسن باشا صبرى رقم ٢٦ وهو خاص بالرياضة السيدات وقد زودته بنخبة ممتازة من الاختصاصيات في التدليك والرياضة بأنواعها واستعانت بسيدات مثقفات من الجامعات على دبلوم معهد التربية البدنية العالي حتى تضمن بذلك علو المستوى بالمعهد فضلاً عما استحضرت

من أجهزة حديثة حتى صار هذا المعهد قبلة كل سيدة تبحث عن الرشاقة، فكان أن نجحت نتائجه بنسبة نادرة بلغت مائة في المائة. ولا يفوتنا أن نذكر أنه قد أدخل قسم جديد بالمعهد خاص بعملية مساج الوجه لازالة عيوبه وتجاعيده تشرف عليه اختصاصيات فنيات ويعتبر هذا القسم أول قسم من نوعه أنشئ في المعهد الرياضي بمصر ويتبع في أساليبه نفس الوسائل التي تتبعها أرقى المعاهد الرياضية الأمريكية. ذلك بخلاف ما بالمعهد من أقسام ممتازة خاصة بالتدليك بوسائل طبية وحمامات بخارية حديثة ولا شك أننا كنا في مسيس الحاجة لمثل هذا المعهد الذي درس موضوعه دراسة دقيقة فسد النقص الذي نعانیه.

هنا القاهرة

بقية المنشور ص ١٠

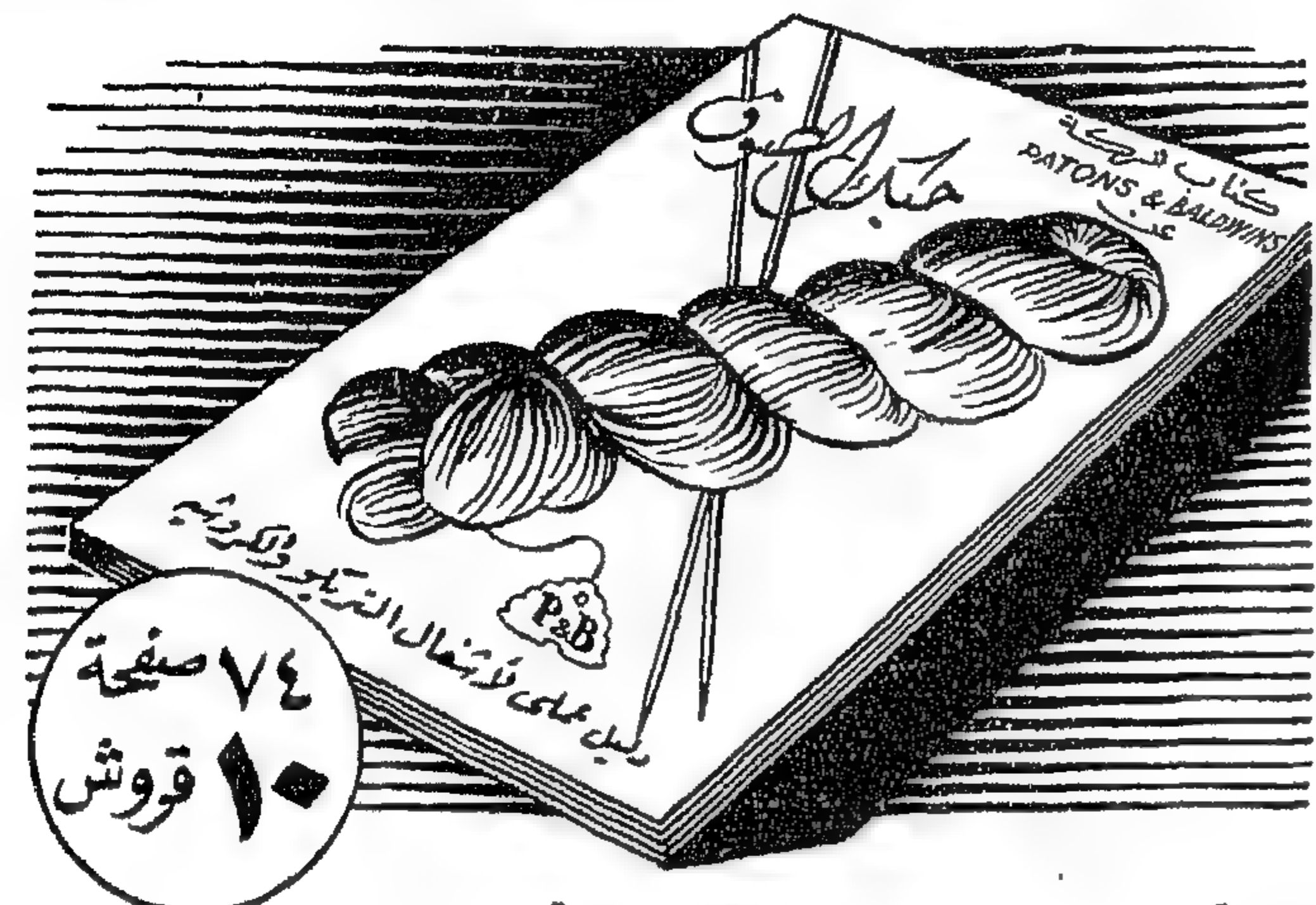
وقد كنت أحسب أن عمل المرأة في الاذاعة مرهق لها ويشغلها كثيراً عن أداء وظائفها المنزلية ولكنها أثبتت لي بالدليل القاطع أنها تستطيع أن تجمع بين البيت والعمل بسهولة فائقة بيتها وحسن تنظيمه كل هذه أدلة تضعف بجانب شهادة زوجها (بابا شارو) و (ماما شارو) تجزم بأنها لم تتأخر عن موعد الغذاء مع زوجها مرة واحدة بل كثيراً ما ترجع من عملها قبل رجوعه لتشرف على اعداد

المائدة. وكأنها أرادت أن تقدم لي دليلاً جديداً على عملها كل شيء بنفسها وأحضرت لي الشاي بنفسها. ثم أخذت تقسم لي أن هذا هو ما تفعله دائماً وأنها تشكر أزمة الخدم لأنها أتاحت لها الفرصة لتثبت للرجال أن المرأة تستطيع أن تجمع بسهولة بين البيت والعمل. ترى هل اقتنع الرجال أم انهم لا يزالون يكابرون...

ف

ظهر أخيراً كتاب "صنك الصوف"

دليل عملي لأشغال التريكو والكروشيه



وهو كتاب ذو قيمة مدهشة، ومن ٧٤ صفحة تحوى فصلاً كاملاً و ٥٣ صورة من طريقة شغل التريكو والكروشيه، كما تحوى ٤١ نموذجاً مصوراً من أحدث طراز ولتختلف الافراض مصحوباً بشرح سهل مفصل عن طريقة شغلها مما يمكن المتقدمين والمتقدمات على السواء من صنع أجمل وأرفع ملابس التريكو والكروشيه لانفسهن ولأزواجهن والاولاد.

يباع لدى جميع محلات اصواف التريكو والمكانب الهامة، وفي حالة تعذر الحصول عليه ارسلنى اذن برید بعشرة قروش الى : The Central Agency Ltd., (قسم ١) ص. ب. ١٢٦٥ بالقاهرة يملك الكتاب برجوع البريد.

قامت بطبعه ونشره

شركة PATONS & BALDWIN LTD. بانجلترا صانعة اصواف بيراف وغيرها من اصواف التريكو الشهيرة



عند فؤاد الحنا

تجدين فيه

مئات الموديلات

فضلاً عن المقالات الطبية

والتجميل وشؤون المنزل

احجزى نسختك من الآن

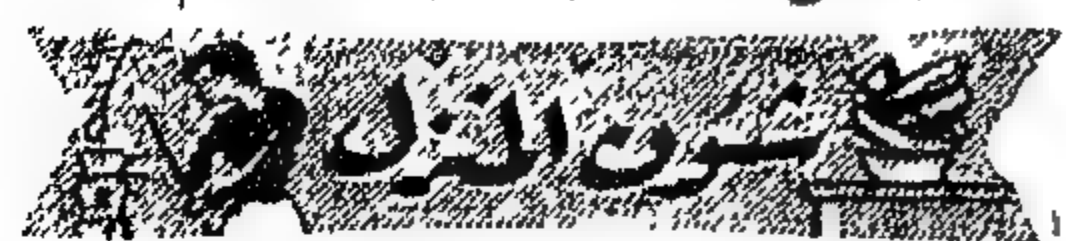
(بنت النيل) مجلة لا تستغنى عنها سيدة البيت

بريد بنت النيل



السيدة ل.م. القاهرة :

يقول الدكتور حسنى السيد حجازى يمكن بواسطة جراحه التجميل وحدها ازالة هذه التشوهات والكرمشة الا انه ينصح ان كان جسم السيدة بديننا ان تتبع قبل القيام بعمل هذه العملية رجيمًا مخصوصًا حتى ينقص وزنها ويضع أى أثر للترهل العام



ل.ا. سوهاج :

الميكروكروم من البضع التى يصعب ازلتها من على الصوف لانه يتأثر بالماء المغلى . جربى تقع البقعة فى محلول مكون من نصف كوب ماء ساخن مذابا فيه ملعقه شاي بوراكس واتركها فى الماء حتى يبرد ثم اغسلى مكانها بالماء الدافئ لازالة تأثير البوراكس ثم دعيها لتجف قليلا واكوبها بمكواة هادئة أو تحت شاشة

القارئة المخلصة و.م.ل. جاردن سيسى :

(١) راجعى باب بنت النيل فى شئون منزل عدد اكتوبر تجدى فيه طريقة صياغة فستاتك (٢) يحتاج بلوفر الطفل الذى عمره ٧ سنوات الى ٧ أو ٨ شلل صوف زنة ٢٨ جرام الشلة على ان يكون الخيط على ٣ نتل

التلميذة زبيدة حسن :

سؤالك غير محدود وجميع اصناف التى تسألين عنها سبق نشرها فى الاعداد السابقة من المجلة الانسة ن.م. مصطفى :

سأعيد نشر طريقة عمل البونتيك قريبا ان شاء الله . اما شربات الفراولة فسأعيد طريقة عملها فى الوقت المناسب أى فى موسم الفراولة

حرم المهندس محمود مختار :

آثار الكربون المتخلفة عن رسمة المفروش يمكن ازلتها بدمكها بالاسبرتو الابيض وان لم تنجح هذه الطريقة فاتفعيها لمدة نصف ساعة تقريبا فى الاسبرتو الابيض حتى تزول ثم يغسل المفروش كالعتاد

بريد المشكلات

ز. محمد م. :

اما ان تطلعى خطيبك على المسألة ان كنت راضية عنه ويسمى عليك الزواج به أو التجزؤ على مصارحة ابيك بالمسألة فان كان يشفق على سعادة ابنته سار فى الطريق الذى يكفل له ذلك . والا فحاولى بكل الطرق قطع هذه الصلة ان كنت ترى فيها جناية على سعادة امك

الحاترة ل.ل.ه.ه. :

يخيل الى من خطابك اذك ما زلت صغيرة السن . ان الله

ذئب بيومى بروص الفرج :

لا بد من عرض حالة والدتك على طبيب اخصائى

س.ص. الحاترة :

يقول الدكتور محمد شوقى عبد المنعم : حالتك ناتجة عن ضعف البياض . خذى حبوب خلاصة البيض ٣ مرات فى اليوم لمدة ١٠ ايام وراحة ١٠ ايام . ولعلاج الحبوب التى تظهر قبل الميعاد أو اتناؤه ، استعملى دهان كالدريبل ومرهم ديمفورمون أثناء ظهورها



ع.ا.ع. بالقاهرة :

ليس امامك الا ماء الاوكسجين تمسحين به الشعر مسحا عزيزة حسن بالقاهرة :

(١) الفازلين لا يقصف الشعر . انما حمامات البحر هى التى تقصفه . مشطيه يوميا صباح مساء لمدة عشر دقائق فى كل مرة (٢) ضعى على وجهك كريما مغذيا من صنع اليزابث آردن (٣) لا بد من تحليل الدم والبراز قبل مباشرة أى علاج (٤) لا تتكلى على ما يصفه لك الناس اعرضى حالتك على اخصائى فى امراض الفم

س.ع.ع. القاهرة :

(١) نحن لا ننصحك بتخفيف وزنك دون استشارة طبيب والى ان تتم هذه الاستشارة عليك بالاقبال من شرب الماء خصوصا أثناء الاكل (٢) اعرضى نفسك على اخصائى فى الامراض الجلدية (٣) يجب الا تتركى هذه المسألة فقد ينتج منها تضامف (٤) هذا الاسمرار ناتج عن البدانة التى تشكين منها

قارئة بنت النيل ا.ا.م. :

(١) دلكى شعرك يوميا بزيت الزيتون النقى أو بصغار بيضة ثم اغسليه بالشامبو (٢) لا يمكن اطالة رموش العين ، ولكن يمكن ان تبدو طويلة باستعمال الريمل

آنسة ف.ع.ب. طنطا :

(١) مارسى التمرينات الرياضية التى تقدمها لك شهريا فهى تناسبك (٢) لا بد ان تعرفى سبب سقوط شعرك وعلى أى حال فاننا ننصحك بتمشيطه يوميا صباح مساء لمدة عشر دقائق فى كل مرة

د.ث.ث. بالصعيد :

(١) نحيلك على ما كتبناه للآنسة ف.ع.ب. بطنطا بخصوص شعرها (٢) استعملى كريم اليزابث آردن وتخبرى اللون الذى يناسبك

ف. رجب :

خذى يوميا قسطك من الراحة بعد الغداء . اكثرى من تناول الاطعمة المغذية واعرضى نفسك على طبيب ليفحصك فحسا دقيقا فقد تكونين مصابة بالدودة الشريطية أو بأى مرض آخر خاف عليك

آنسة س. محمد :

لا نخشى زيارة الاطباء ولا تهملى نفسك . والى ان تزورى طبيبا خذى دواء مسكنا مثل مزيج البرومور واللومينال ٣ فناجين يوميا بعد الاكل



س.م.ح. :

اتصلى بالدكتور حسنى حجازى رأسا وخذى معك هذا العدد من بنت النيل فان حضرته يعامل قارئنا مجلتنا معاملة خاصة

آنسة ز.ع. :

يقول الدكتور محمد شوقى عبد المنعم للتعب قبل الميعاد وانساء خذى اقراص بالمرجال ٣ يوميا

ابن النيل

إخراج يوسف شاهين

ما دى كويني تقدم
ليه المصري الكبير الوحيد الذي
عمر في مونتريال تسببا
وفاد بالاعجاب والتقدير

بطولة
فاتن حمامة
يحيى شاهين
شكري سرحان
سميحة توفيق
محمود المليحي
فريد وسام محمد
و
نادر جلال

إقتباس
لوسف شاهين دفتي شاشي
جواز فيروز عبد الملك
تصوير : الفيضوي
أحمد صوفي دفتي شاشي
و عبد العظيم نور
علاء فايز كامل دفتي شاشي
وموريس حسن
توزيع
بصافيا

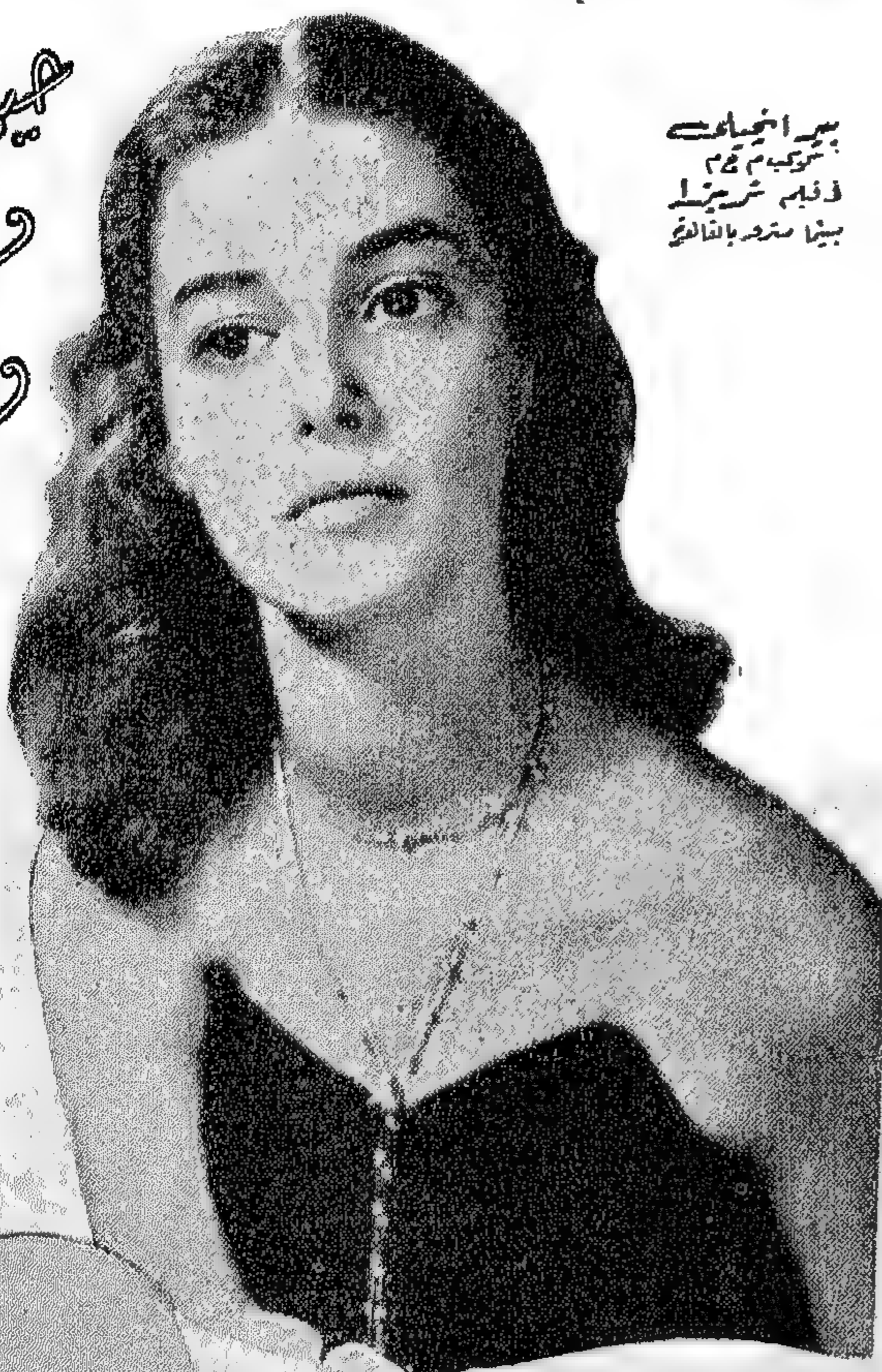
الآنشين
أول
أكتوبر
ريشوى

هذه البودرة تكسبك جمالا جديدا !

انظري اليوم كيف انها تريد بشرتك ...

هيوية
وبريقا
وجازبية

بشر الخيالات
بشر كبرياء
فوقهم شريفة
بيننا مشرق بالانوار



أرق بودرة في العالم
بودرة الوجه

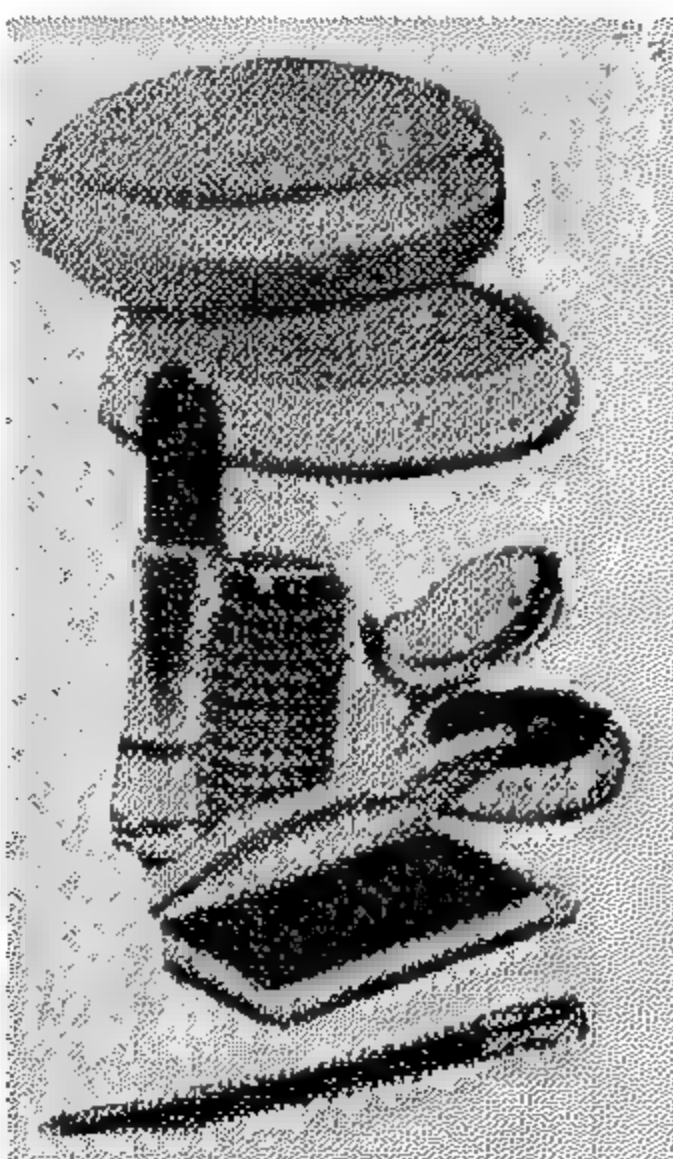
ابستكار
ماكس فاكتر هوليفود
٢٠ - ٣٢ ١/٢ - ٥٠ قرشا

لم يسبقه لذي بودرة وجهه أنه مغطى بشرة مثل هذه النوعية الساهرة
المتفردة . ولم يسبقه لك ياسيدتي أنه وضعت على وجهك لونا في مثل
هذه البهاء والحيوية . إنه لون من الألوان المنسجمة ابتكر لك فحسباً ...
ليظهر منك كاملاً طبيعياً .. (ذلك مستحبه هذه البودرة المشهورة - إنتاج
ماكس فاكتر هوليفود لتقومين بفرقتك وماسحاً المبرحة ... ولتستلها الرغوة
الرائحة بكم استحيينها لأنها تامة تفرقة على الوجه طويلاً .. فبرحمتها

ماكس فاكتر هوليفود
ماكس فاكتر هوليفود
ماكس فاكتر هوليفود
ماكس فاكتر هوليفود

ماكس فاكتر هوليفود
Max Factor Hollywood

لما قرأت الاستعلامات الخاصة بغير ماكس فاكتر هوليفود فإني لم أكن
أعرفه من قبل . ماكس فاكتر هوليفود ماكس فاكتر هوليفود ماكس فاكتر هوليفود
ماكس فاكتر هوليفود ماكس فاكتر هوليفود ماكس فاكتر هوليفود



البودرة في قيسنا وشكاه القاهرة - الاسكندرية

الفرنسية وحصلت على البكالوريا
الفرنسية أن تلتحق بكلية الآداب
قسم اللغة الفرنسية أو بأية كلية
أخرى بعد تأدية امتحان معادلة
بسيط (٢) أن كان زوجك يرغب في
أن تلتحق ابتكما بمدرسة مصرية
فلا مانع وخاصة أن كان مصمما على
أن تتم دراستها الجامعية لأن مجال
المدارس المصرية أوسع إذ يمكنها
الالتحاق بأية كلية دون صعوبة .

الحائرة م.م. بالاسكندرية :

لاحظنا من خطابك أنك تميلين
إلى أول شاب تقدم اليك من الشباب
الثلاثة . ونحن نشير عليك بأن
تصارحي والدك بذلك بشعورك هذا . ولا
نستك في أنه سيوافق على اختيارك
أن كان الشاب موضع إعجابك أهلا
لك فعلا

ل.م.م.م. بالاسكندرية :

لا داعي يا آنسة لهذا اليأس .
أن كل كلمة كتبتها في هذا الخطاب
تدل على قوة عزيمتك . كوني سندا
لوالدك حاولي أن تنسيه همومه
بجهدك واجتهادك فان السعادة الحققة
ليست بأكتناز المال بل بالقناعة
والرضى .

المعذبة م.ع. باسوان :

لا تجد حلا يا آنستي الا أن
تخبري والدك بكل شيء فهي
الانسان الوحيد الذي يستطيع أن
يدلك على حل لمشكلتك

نفيسة الليثي بنى سويف :

اتصلني بالمدرسة الثانوية في
مدينتك

بريد الزواج يا عزيزتي يتقدم للاهل
المتعدى عن هذا الشخص واعلمى
أن هذا ليس طريق الزواج

م.ع.م. طنطا :

اشترى كتاب «كيف أربي طفلي»

س.م.ع.م. :

يمعجني فيك . حبك للعلم .
حاولي أن تتقدمي للابتدائية من
النزل فان حصلت عليها أمكنك
الالتحاق بمدرسة الفنون وخير لك
الف مرة أن تسفلي نفسك بالعلم
والثقافة من أن تمضي وقتك في
الانتظار (العريس) فاذا استمعدك
الحظ بمن يقدرك كان بها . حاولي
أن تؤثرى على ولدتك في أن
تستكملي دراستك بأية وسيلة

الآنسة ر.ح. :

لقد عجبت لآب يتصرف مع
ابنته من غير شفقة وأن كانت زوجة
الآب قد نسيت معنى الرحمة

م.ف. :

ما دامت الفتاة لا تعجبك أخلاقها
فان لا أوافق على إتمام الزواج .
فكر جيدا قبل الاقدام على أى شيء
سعاد ب. شبرا :

حاولي أن تنسى هذا الشخص
مهما كلفك الأمر . انه يريد العيب
تم يرميك حيث لا يرحمك أقرب
الناس اليك . ستسببه حتما
بمرور الوقت . تشجعي وانسى
فان كان يحبك يطلب يدك من
والديك .

حرم فوزى جرجس :

(١) يمكن لمن درست في المدارس

فكرة عبقرية

بقية المنشور ص ٥

والاسرة وحينئذ تستطيع أن
تقوم بدور المربية
الخصوصية خير قيام .

عدت من هناك وأنا وأمن
بأن هؤلاء الفتيات هن فوج
جديد سيضاف الى سجل
المكافحات . ألا يرى الجميع
معى الان أن الفتاة المصرية
قد قامت بواجبها في الحياة
وسدت جانبها هاما فيها ،
وأنها لا تترك فرصة تمر دون
أن تخدم بنى وطنها .

أبعد هذا يعارض الرجال
في عمل المرأة بجانبهم ؟ !
كافحي يافتاتي ، وتخطي
العقبات ، ولا تقنعي بما أنت
فيه فمصر تريد منك الكثير

فتحي

بجيل سينسب اليها فضل
انشائه .

لقد قالت لي المشرفة على
الدار ان هؤلاء جميعا قد
وجدن أمنيتهن في الحياة
وأتيحت لهن الفرصة للكفاح
بجانب الرجل ، الكفاح في
سبيل أسعاد الاسرة وفي
سبيل قتل الفراغ الكبير
الذي ينتاب حياة الفتاة
عندنا وكنت أحسب
أنها قد أغفلت شأن الفتيات
اللائى لم ينلن قسطا كبيرا
من التعليم أقصده هؤلاء اللائى
لم يحصلن على الشهادة
الابتدائية ولكنى علمت أن
في مقدرة كل منهن أن تلحق
بقسم المربيات فتدري كل
ما يتعلق بالعلاقة بين الطفل

الصحة نفوز
مرة أخرى



يحتاج الأطفال الذين ينعمون بنشاط الى تغذية زائدة ويحوى مستحلب سكوت وهو زيت كبد الحوت المدعم الأعظم للأجسام كميتة غنية من الفيتامينات الطبيعية الوفرة للصحة .

إن كل نقطة سوف تساعد على تزويد عائلتك بنشاط جديد ، وحيوية جديدة ، كما تكفل لهم صحة وقابلية للعمل واللهو . احفظ لأفراد عائلتك صحتهم الثمينة بإعطائهم الآن



مستحلب سكوت
Scott's
Emulsion

اليوم الكواكب

الفتاة التي أخرجت من أجلها الألوان أرلين دال

كانت جميلة دائما ٠٠٠ حتى وهي في التاسعة من عمرها كما تثبت إحدى هذه الصور . أما الصور الأخرى فإنها تكشف عن جمالها في مختلف المواقف ٠٠٠ في ثوب السهرة ٠٠ وفي المايوه ٠٠ وفي بعض مشاهد من أفلامها . وهي من مواليد شهر أغسطس

وصلت في التعليم الى الجامعة ولكنها انقطعت بعد بضعة شهور من التحقها بجامعة مينوسا .

حمراء الشعر ، زرقاء العينين ، تزن ١١٨ رطلا ويبلغ طولها خمسة أقدام وست بوصات ونصف بوصة ومقاس صدرها ٣٣ وخصرها ٢٣ وردفيها ٣٥

وهي تفضل أن تصمم ملابسها بنفسها وقد ابتكرت كثيرا من الازياء . وهي مغرمة بمشاهدة مباريات كرة القدم والتنس والباسكت بول وتحب الرقص وركوب الخيل وصحبة الناس وتميل الى الفكاهة .

وتفضل أن تسبح في الليل لان الشمس تؤثر في بشرتها التي تعد أجمل بشرة في هوليوود . وتحب أن يتخلل غرفتها الهواء الطلق وقت النوم وتفضل الملابس الفضفاضة وتمتق السهر الطويل وتحافظ دائما على مواعيد نومها .



نصائح

- ♦ اهتمي بتصفيف شعرك لا تتركه أشعث
- ♦ لا تعلقي حلقا الى أذنك الا ان تأكدت أنه جميل حقا
- ♦ لا تغالي في وضع المساحيق على وجهك ، ليكن تواليتك طبيعيا بقدر الامكان
- ♦ اعتني بأظفرك واختاري لها اللون الذي يناسبها .
- ♦ والافضل اللون الطبيعي الذي يضيف على الاظافر جمالا وأناقة دون أن يبدو أنه صناعي
- ♦ مشطي شعرك يوميا لمدة عشر دقائق ان أردت المحافظة على جماله وضحته .
- ♦ لا ترتدي حذاء ضيقا فانه بصرف النظر عن الألم الذي يسببه للقدم ويؤثر في الاعصاب .

ليشاهد

في واجهات العرض بمجلات

الصالون الأخضر

اصواف دار الخفاف

عرض ١٤٠ سم

للنساء بين ٨٠ - ١٠٠

للناييرات " ١١٣ "

للبلطى " ١١٩ "

٣٥٥٥٥

سـينما مترو بالقاهرة

تريزا في الطريق



بيير انجيلي الايطالية الجديدة التي أجمع المراقبون الفنيون على أنها خليفة « جاربو » و « بيرجمان » وقد اكتشفتها متروجولدوين ماير في إيطاليا وأسندت إليها في الحال بطولة فيلم « تريزا » الذي تدور حوادثه في إيطاليا وأمريكا والفيلم يروي قصة غرامية ممتعة حافلة بمختلف العواطف والاحاسيس ويشترك في بطولة هذا الفيلم الرائع الذي سـتقدمه شركة مترو جولدوين ماير قريباً في القاهرة على شاشة دارها سينما مترو ، مجموعة ممتازة من الكواكب النابهيـن أمثال جون اريكسون ، باتريشيا كولينج ، ريتشارد بيشوب وبيجي آن جارنر وهو من اخراج فرد زيمان وقد أنتجه أرثر م . لو .

انكم جميعاً ستعجبون « تريزا » وستصفقون اعجاباً ببطلة « تريزا » بيير انجيلي خليفة جاربو وبيرجمان

الرجل الذي تريده

من يريد رجلاً بلا أخطاء ؟
انى لا أتصور شيئاً أكثر ازعاجاً من الوجود مع شخص مثالى يتحرك ويتكلم بميزان الكمال الدقيق . انه أمر مزعج يشير الالعصاب . ان الكمال ليس من صفات البشر ، وهو شيء يختلف الناس فى تقديره وتصوره ولا يمكن أن يتفقوا على رأى فيه .

والكمال فى صورته المتعددة شيء وهمى أو هو سراب يخيلنا ويجذبنا اليه حتى اذا اقتربنا منه أو خيلنا اننا اقتربنا وجدناه أبعد مما نتصور ولو كان الكمال مما يمكن الوصول اليه لتغير وجه الامر تغيراً تاماً . ان المقصود بالكمال هو محاولة الارتقاء فى شتى نواحي الحياة .

وأستطيع أن أقول بعد هذه الفلسفة أننا حين نتحدث عن (الشخص الكامل) قاننا فى الواقع نقصد الاشياء التى اكتسبها فميزته عن غيره من الناس . . . نقصد العادات والاخلاق التى اكتسبها من بيئته ومن تعليمه ومن ممارسته للحياة فى مختلف صورها .

والكمال غير الجمال ، وأذكر ذلك لان بعض النساء يجذبهن جمال الرجل والواقع انى لا أحفل بالجمال ، ولكن الرجولة هى أول شروطى فى رجلى ، وللرجولة جمال يتضاءل بجانبه جمال الرجل الذى يفتقر الى الرجولة أو الذى تضعف فيه جمال الصورة ، جمال الرجولة .

وشرطى الثانى فى رجلى أن يكون طموحاً وان يكون له هدف فى الحياة اذ ما خير الانسان الذى يعيش لمجرد الحياة ولا يكون له هدف أو أمل . (.)

جين باول



جين باول كما ظهرت فى فيلم (زواج ملكى)

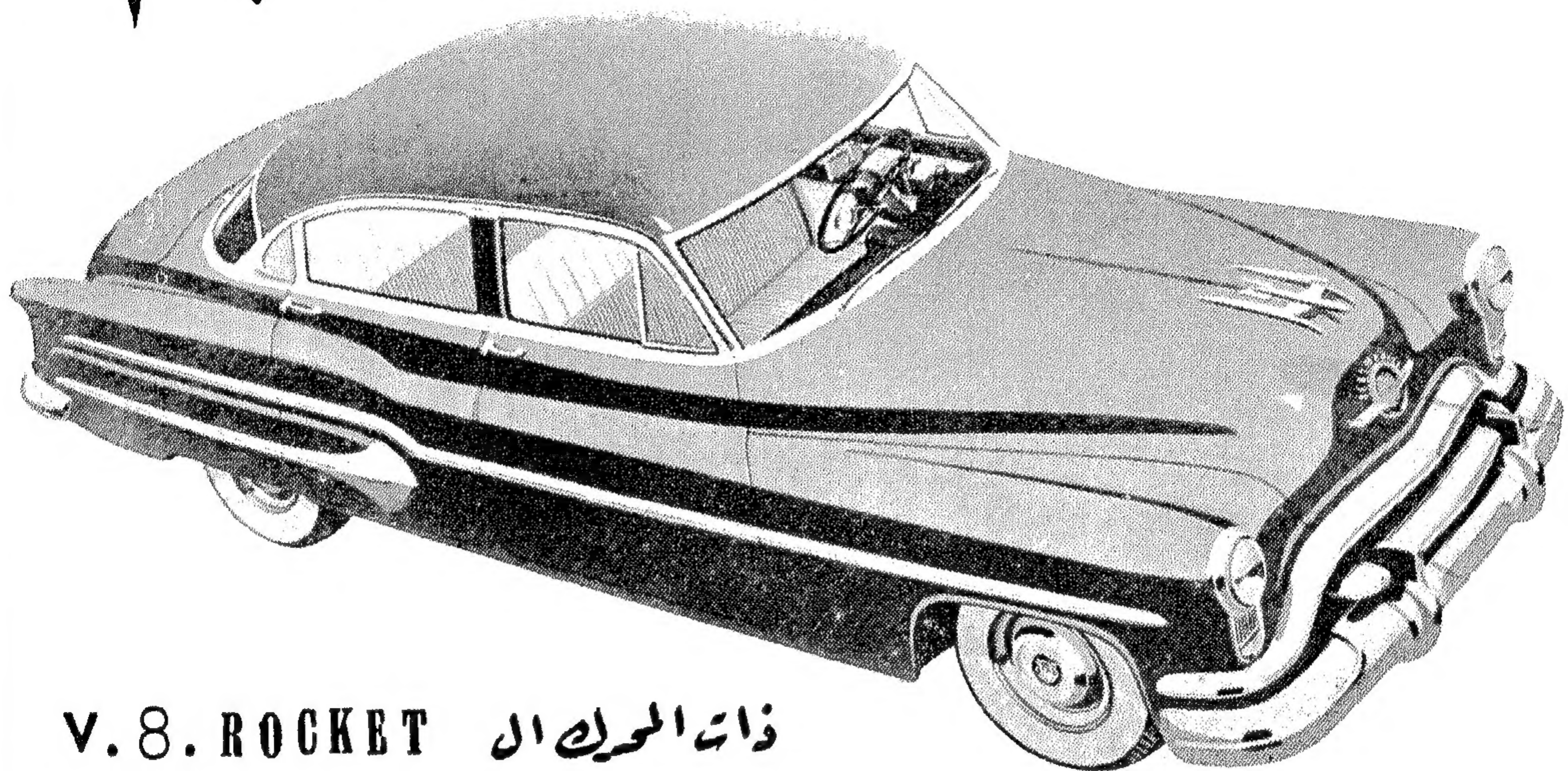
قالت مرة نجمة متروجولدوين ماير الفاتنة جين باول عن الرجل المثالى أنه لا يوجد مثل هذا الحيوان وأنه لو فرض ووجد مثل هذا الرجل الكامل فانها لن ترغب فيه ولن تعيره أدنى التفات . وقد طلبنا منها أن تكتب لبحث النيـل عن رجلها الذى تريده فأرسلت اليـنا المقال التالى :

مدارس فكر

اللغات الحديثة
التجارة . الحسابات
الاختزال . الآلة الكاتبة

القاهرة ١ شارع فؤاد الأول
الاسكندرية ١٥ شارع سعد زغلول
مصر الجديدة ١٠ شارع عباس
بورسعيد ١٤ شارع منيرة غلوة
طنطا ١١ شارع صديـ (ميدان بساط)

أولدن سوبيل ١٩٥١



ذات المحرك ال V.8. ROCKET
قوة ١٤٥ حصانا

سيارة الموسم وكل موسم

تعرضت حالياً

والشليم فورا

مع تشهيلات في الدفع

مطلة خدمة فنية كاملة يديرها مهندسون اكفاء

بمعدل صر الجدي
تليفون ٦٢٢٣٨

جميل الطبي

توكيل
أولدن سوبيل

جنرال إلكتريك



أشترالافضل..

جنرال إلكتريك



ثلاجات منزلية وتجارية
أجهزة تكييف الهواء
أجهزة تبريد
أعمال الإضاءة الحديثة
مبردات للمياه
أوراق كهربائية منزلية

الموزعون المعتمدون للقطر المصري

شركة إيسترن إلكتريك

٣٣ شارع عبدالحق ثروت باشا ٧٨٠٦٠ بالقاهرة

SPMO

وتباع لدى وكلائنا بجميع أنحاء القطر

٩,٧٠٠,٠٠٠
ثلاجة جنرال إلكتريك تعمل
بجراح منذ عشر سنوات